॥ ૧૬
૬૪૭૯

પંડીત જવાલા પ્રસાદ ઝા કૃત

ક્રોમોપથી,

એટલે

રંગથી રોગ મટાડવાની વિદ્યા

નું ગુજરાતી ભાષાન્તર



આ ચોપડી સને ૧૮૬૭ ના ૨૫ માં એક્ટ પ્રમાણે રજીસ્ટર કરીછે.

પ્રગટ કરનાર — હી૦ અરદેશરની કું૦

નં૦ ૫૬, ધોબીતલાવ, મુંબઇ.

કીંમત — ત્રણ આના.

૧૮૯૭, ઇસવી.

દાં૦ અરદેશરની કુંપની,

ચોપડી વેચનાર તથા પ્રગટ કરનાર,

નં૦ ૫૯, ધોબીતલાવ, મુંબઇ.

	રૂ.	આ.
યોગવિદ્યા અને અસલી ઇરાનીઓ	૦	૪
ભવિષ્યની જીંદગી અથવા આત્માનું અમરપણું	૩	૦
ઇરાની વિષયો	૩	૦
પારસીઓમાં નાતાનું ધોરણ	૦	૨
જીંદગી, ગાયન અને માંથ્ર	૦	૨
આકાશ તત્વ	૦	૨
રીવાયતે દસ્તુર દારાબ હમઝીયાર	૩	૦
મુખતેસર શાહનામું	૨	૪

	Rs.	a
Zoroastrianism in the Light of Occult Philosophy ...	0	5
The Religious System of the Parsis	1	0
The Funeral Ceremonies of the Parsis...	1	0
Persian Mar Nameh	0	8

સેકન્ડહેન્ડ ચોપડીઓ.

	રૂ.	આ
રાહે પારસા ઇઆને પરહેજગાર લોકોનો મારગ...	૨	૦
પુરાતન પારસીઓની તવારીખ	૧	૮
એજદહારે શીઆતે ઇરાન	૦	૧૦
કદીમ નક્શે ઇરાન	૩	૮
તવારીખે કદીમ ઇરાન	૪	૦
બલાં શીરીઝ	૧	૦

☞ જરથોસ્તી ધર્મને લગતી નવી અને સેકન્ડહેન્ડ ચોપડીઓ ઉપલે ઠેકાણેથી મળશે.

*** જરથોસ્તી ધર્મને લગતી સેકન્ડહેન્ડ ચોપડીઓ વેચાતી પણ લેવામાં આવશે.

૬૪૭૬

પંડીત જવાલા પ્રસાદ ઝા કૃત

ક્રોમોપથી,

એટલે

રંગથી રોગ મટાડવાની વિદ્યા

નું ગુજરાતી ભાષાન્તર



પ્રગટ કરનારા — દી૦ અરદેશરની કું૦

નં૦ ૫૬, ધોબીતલાવ, મુંબઇ.

કીંમત — ત્રણ આના.

રીપન પ્રીન્ટીંગ પ્રેસ, કંપની લી૦.

૧૮૯૭, ઇસવી.

દી૰ અરદેશરની કું૰

ચોપડી વેચનાર તથા પ્રગટ કરનાર.

(૧) મકાશેફાતે કએવાની અથવા જામે કેખશરો—**આના આઠ.** (કપડાની, સુનેરી નામ સાથની રૂ૦ ૧)

(૨) પેગમ્બર સાહેબ અશો જરથોસ્તનું પંદનામું-**આના બે.**

(૩) જરથોસ્તીઓ માટે બંદગી કરવાલાયક કલામ તે પાક અવસ્તાજ છે. દસ્તુર સાહેબોના મતો, ૪૦ વધારા સહીત—**આણા ત્રણ.**

(૪) વંદીદાદમાં આવેલી કેટલીક ભેદ ભરેલી બાબતો: તેમની ખરી સમજ સારૂં આત્મજ્ઞાનની જરૂર—**આનો એક.**

(૫) શેહેનશાહ કયખુશરોની જીંદગીનો હેવાલ, બોદાશનાસીની ફીલસુફીને આધારે—**આનો એક.**

(૬) ક્રોમોપથી : રંગથી રોગ મટાડવાની વિદ્યા-**આના** ત્રણ.

દી૰ **અરદેશરની કું૰** — ૫૬, ધોબીતલાવ, મુંબઇ.

[રાહે-રોશનનાં પુસ્તક બીજાના અંક ૯મા ઉપરથી]

પ્રસ્તાવના.

વાયવ્ય પ્રાંતોની "પ્રોવીન્શીયલ સીવીલ સરવીસ" વાળા પંડીત **જવાલા પ્રસાદ ઝાએ** અંગ્રેજીમાં રચેલી "ક્રોમોપથી", યાને રંગથી રોગ મટાડવાની વિદ્યા, એવે નામની એક ઉપયોગી નાનકડી ચોપડીનું ગુજરાતી ભાષાન્તર પ્રગટ કરતાં અમને ખુશી ઊપજે છે. આજ અગ્યાર વરસ થયાં આ પ્રકારનું વૈદું, એક પુણ્યવાન કામ તરીકે, પંડીત જવાલા પ્રસાદ મુફત કરયા જાયછે, અને તેમાં તેમને મળેલી ફતેહ તથા અનુભવનું ફળ, ઉપલાં નામવાળાં નાનાં પુસ્તક રૂપે, તેમણે થોડુંક થયું પ્રજા સન્મુખ ધરયું છે. હાલનાં યુરોપ્યન વૈદાંની 'ઍલૅાપથી' નામે જણાયલી રીતમાં ચાલુ સદીમાં ઘણોક વધારો અને સુધારો થયા છતાં તે હજી એટલી અપુર્ણ છે કે ઘણાંક બીકટ દરદોના બાબમાં તે નિરૂપાય માલમ પડીછે. 'હોમ્યોપથી', જે યુરોપ્યન વૈદાંની એક બીજી રીત અથવા પ્રકાર છે, તે સાદી તેમજ અસરકારક હોવાથી જરમની, અમેરીકા, વગેરે, દેશોમાં બહુ વપરાયછે, જોકે તે પણ અપૂર્ણપણાંની ખામીથી ખાલી નથી. વળી ચોકસ જાતનાં દરદો સારાં કરવામાં વીજળીક પ્રવાહ તથા પ્રાણી-આકર્ષણ શકિત (animal magnetism) નો હમણા ઉપયોગ થવા લાગ્યોછે, અને એ બેઉમાં દરદો સારાં કરવાનો, કેટલીક વખત અજાયબ જેવો, ગુણ જોતાં તેઓ ભવિષ્યમાં બહુ ઉપયોગી નિવડવાની આશા આપેછે. એ.વીજ આશા રોશનીના કુદરતી રંગોની અસરથી દરદો સાજાં કરવાની રીત પણ આપેછે. જાતજાતનાં દરદો ઉપર રંગોની કુદરતી અસર કેટલી

ઉતાવળે અને અજાયબ જેવો ફાયદો કરેછે તેના અનેક દાખલા પંડીતજીની ઉપલી ચોપડીમાં મળી આવશે.

રંગોનાં કુદરતી સાધન વડે દુઃખદરદો મટાડવાની રીત બતાવનારી પોતાની ચોપડી પંડીત જ્વાલા પ્રસાદે એક એવા પરદુઃખભંજનીક ગ્રહસ્થને અર્પણ કીધીછે કે જેમની પરમાર્થી સેવાનો લાભ આ શેહેરનાં હજારો દરદીઓએ અત્યારસુધી લીધોછે અને બીજાઓ હજીપણ લેતા જાયછે. એ પરોપકારી ગ્રહસ્થ તે બીજા કોઈજ નહી પણ આપણને પુરતા જાણીતા મી૦ **તુકારામ તાત્યા** છે. પંડીતે પોતાની ચોપડી જે થોડા પણ યોગ્ય શબ્દોમાં મી૦ તુકારામજીને અર્પણ કીધીછે, તેજ શબ્દોમાં આ ગુજરાતી તરજુમો અમે તેમને અર્પણ કરીએ છીએ.

લોક કલ્યાણના વિચારથી જે ગ્રહસ્થે આ ચોપડીનો ગુજરાતી તરજુમો, સર્વને સમજ પડે એવી મતલબથી સેહેલી ઇબારતમાં, કરી મોકલ્યોછે તેમનો અતરે ઉપકાર માનીએ છીએ, અને તેમની જોડે અમે પણ આશા રાખીશું કે એમાં બતાવેલા ઉપાયોની મદદથી બીમારોને નીરાંત મળે તથા દુઃખનો ઘટાડો થાય.



ક્રોમોપથી: રંગથી રોગ મટાડવાની વિદ્યા.

પ્રકરણ ૧.

રોગ પરીક્ષા (રોગ પારખવો.)

ચોકસ દરદનું કારણ માણસના શરીરમાં ચોકસ રંગની ગેર-હાજરીનું છે એમ રંગથી-રોગ-મટાડવાની-વિદ્યા જણાવેછે. એક દરદ સાથે બીજાં દરદો ઉભરી નિકળ્યાં હોય, તોપણ કારણ તો જેનું તેજ રહેછે. શરીરના જુદા જુદા ભાગો ઉપર ચોકસ રંગની ગેરહાજરી જે અસર કરેછે તેને લીધે બે અથવા વધુ રોગો સાથે પ્રગટી નિકળેછે.

સાધારણે, મુખ્ય રંગો લાલ અને બલુ (ખુલ્લો આસમાની) લઇએ તો એ બે રંગોની વચમાં પીળો રંગ મુકી શકાય. રાતો, બલુ અને પીળો, એ ત્રણ રંગો વરસાદની કમાનના રંગોમાંના મુખ્ય રંગો છે. હવે કોઇબી રોગ મટાડવાને આપણે જે જાણવું જોઇએ તે એટલુંજ કે, શરીરમાં કયો રંગ ખુટેછે અને તે કેવી રીતે શરીરમાં પાછો પુરી આપવો. જો કોઈ માણસના શરીરમાં રાતા રંગની ખુટ હશે તો તે માણસ આળસુ, સુસ્ત, અને ઉંઘણસી થશે. તે માણસને ભુખ ઓછી થયલી લાગશે, તેમજ ઝાડાની કબજીઆત લાગશે. જો કોઇ માણસના શરીરમાં બલુ રંગ ઓછો હશે તો તે ગરમ મીજાજનો, ચપળ અને સેજ તાવની દેહવાળો થશે અથવા તેને પેટ આવવાની ટાંચ પડશે.

હવે ત્યારે જે જાણવાનું રહ્યુંછે તે એ કે શરીરમાં કયો રંગ ખુટે છે અને તે કેમ પારખી કહાડવો. અનુભવથી મને માલમ પડ્યુંછે કે નીચે જણાવેલી ચાર ચીજોના રંગ તપાસ્યાથી એ પારખ થઇ શકે.

૧. આંખના ડોલાનો રંગ.
૨. નખનો રંગ.
૩. પીશાબનો રંગ.
૪. ઝાડાનો રંગ.

એની સમજ મેળવવા માટે એમ ધારો કે એક માણસના શરીરમાં લાલ રંગની ખુટ છે ; એવા માણસના ડોળા તથા નખો, સેહેજ બલુ રંગનાં હશે, અને તેની પીશાબ અને ઝાડો, સફેદ અથવા બલુ જેવા રંગનાં હશે. પણ જો કોઇ માણસના શરીરમાં બલુ રંગની ખુટ હોય તો તેની આંખ રતાશંપર હશે, તેનાં નખો રાતાં અથવા ઘણાં રાતાં હશે, તેની પીશાબ રતાશ સાથે પીળાશપર હશે અથવા તદન લાલ હશે, અને તેનો ઝાડો પીળો કે લાલ જેવો હશે.

પણ એટલી વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઇએ કે કેટલાંક માણસોમાં થોડે અંશે લાલ રંગની ખુટ હોય તો કેટલાકોમાં વધારે અંશે હોય; તેમ વળી કેટલાકોને થોડે અંશે બલુની ખુટ હોય અને કેટલાકોને વધારે અંશે હોય. જો કોઈ માણસમાં એકાએક રાતો રંગ મોટા જથ્થામાં માલમ પડે અને તે કારણથી બલુ રંગ તેટલાં પ્રમાણમાં ઓછો દેખાય, કે જેમ કોલેરા અને હડખાંના દરદોમાં થાયછે, તો થોડેથોડે અંતરે ઉપરાસાપરી "બલુ પાણી"ના ભાગો આપી બલુ રંગ શરીરમાં દાખલ કરવો જોઇએ.

કોઇ વખત, શરીરના ચોકસ ભાગમાં, ચોકસ રંગ એકઠો થયલો હોય એમ જણાયછે, કે જેમ ગુમડાં, કીડ, આંખ આવવાનું દરદ, માંથાનો દુખારો, લકવો, ઇ૦, દરદોમાં માલમ પડેછે. ખરૂં જોતાં તો તે રંગ શરીરના બધા ભાગોમાં જમાવ થયલો હોયછે, અને ચોકસ ભાગો ઉપર તે ફુટી નીકળવાથી તેના જમાવ થવાની આપણને ચેતવણી મળેછે. એવી હાલતમાં ભરવા ચોપડવાના તથા પીવાના એ બંધે ઉપાયો લેવા હંમેશાં સારા છે.

દરદ પારખવામાં, માણુસ ભુલાવો ખાય એવાં કેટલાક ચીન્હો એટલે નીશાની હોયછે, અને તેમાંની એક ઘણુંકરીને આંખના ડોળાનો રંગ હોયછે. આંખ રતાશપર હોવા છતાં શરીરમાં લાલ રંગનીજ ખુટ હોય. એમ બનવાનું કારણ એ કે નબળાં માણુસો ભેજાનું ઘણું કામ કરેછે. એવાં માણુસના શરીરના બીજા ભાગો કરતાં ભેજું વધારે ગરમી બતાવેછે, જે શકતી ઉપરાંત કામ કરવાથી થાયછે. પણ બીજી ત્રણ ચીજોના રંગો તપાસી જોવાથી આવો ભુલાવો ખાઇ શકાતો નથી, અને જે રંગની ખુટ શરીરમાં હોય તેજ રંગ જાણુવાને આપણે શકિતવાન થઇએ છીએ.

છોકરાંઓના તેમજ થંડા મુલકમાં રહેનારાઓના બાબમાં ડોળામાં બલુ રંગ વિશેષ હોયછે; પણ એવા સંજોગોમાં પણ બીજી ત્રણ ચીજોનો રંગ ખરા નીવેડા ઉપર લાવેછે. હાથના આંગળાંઓના નખ વિશેની એક ચોકસ બીના, જે મારા અનુભવમાં આવીછે તે હું અહીં જણાઉંછું. નખોમાં ઉભી લીટીઓ દેખાયછે, કે જે ઘણી બારીક હોય તેમજ કોઇ વેળા ઘણી જાડી પણ હોયછે. આ લીટીઓ શરીરમાં બલગમ છે એમ દેખાડેછે, એટલે કે લાલ રંગની ખુટ દેખાડેછે. એ લીટીઓ પારખવાનો જો થોડોક ઠીક અનુભવ થયો હોય તો, એ દરદ કેટલા વખતનું છે તેનું જ્ઞાન મળી શકેછે. બીમારીના જેટલા બનાવો મારા હાથમાં આવ્યા તેમાંના લગભગ બધા દાખલાઓમાં, દરદ કેટલા વખતનું છે તે હું વગર ભુલે કહી શકતો હતો. દરદો પારખવા વીશે આ નાના ચોપાનીઆંની હદમાં જેટલા ખોલાસાથી કહી શકાય તેટલું હું કહી ચુકયોછું એવું હું ધારૂંછું, અને હવે હું તેના ઇલાજ અથવા ઉપચારની બાબત હાથ ધરૂંછું.

પ્રકરણ ૨.

રંગોની અસરથી દરદો સારાં કરવાની રીત.

આ રીતથી દરદો સારાં કરવા માટે જોઇતા જુદા જુદા રંગોના "લેનસીસ" (lenses) એટલે બાહરની તેમજ અંદરની બાજુથી ઉપસેલા કાચો (જેવા કે ચશમા તથા દુરબીનમાં વપરાયછે) વીશેનુ વર્ણન ડાક્ટર **બેબીટે** (Dr. Babbitt) કીધેલું છે. પણ એ રીતે દરદો સારાં કરવાનું કામ માથે લેવાની જો કોઇ ઇચ્છા રાખતો હોય તો તેને એ જાતના ઉપસેલા કાચો અથવા "લેનસીસ" સેહલાઇથી મળી શકતા નથી, અને તેથી એ બાબદમાં મેં મારીજ રીતો યોજી છે, કે જે હીંદુસ્તાનમાં ઘણુકરીને કોઈ પણ ઠેકાણે અમલમાં મુકી શકાય. મારી યોજેલી રીતો એ છે:

(૧.) જુદીજુદી જાતના ચહડતા ઉતરતા રંગોની થોડીક બાટલીઓ મેળવવી.

(૨.) જુદીજુદી જાતના રંગોના થોડાક કાચો મેળવવા.

પેહેલી રીત.

બાટલીઓને બરાબર સાફ કરવી અને જ્યારે તેઓ તદન સાફ થાય ત્યારે કુવાના મીઠાં પાણીથી, અથવા પાણીને ગરમીથી વરાળરૂપે ફેરવીને મેળવેલાં (distilled) પાણીથી, અથવા વરસાદનાં પાણીથી તેઓને ભરવી, અને બરાબર બુચથી બંધ કરીને તેઓને સુરજના ભભુકદાર તડકામાં ઓછામાં ઓછી બે કલાક સુધી મુકી રાખવી. પાણીવાળી બાટલીઓને બે કલાકથી વધુવાર તડકે રાખી મુકી હોય, તોપણ તેથી કાંઇ હરકત થતી નથી; ઉલટું, જે રંગની બાટલી હોય તે રંગને બાટલીમાંનું પાણી પોતામાં વધુ ખેંચી શકેછે. હવે આવી રીતે તડકામાં મુકી બનાવેલું આ પાણી દવા બરાબર ગણાયછે અને એ દવા કોઇબી કરીયાણા યા દવાઓ કરતાં વધુ અસરકારક અને વધુ જોરાવર હોયછે.

રંગની અસર ધરાવનારૂં આ પાણી બહાર લગાડવાના તેમજ પીવાના ઉપયોગમાં આવેછે. પીવાની દવા તરીકે એક આઉંસ જેટલું પાણી મોટાં માણસને એક ભાગ તરીકે અપાયછે. જરૂર પ્રમાણે એ ભાગો વધતી ઓછી વખત આપી શકાય. પણ એટલું યાદ રાખવું કે લાંબા વખતનાં જડ ઘાલી બેઠેલાં દરદો ઉપર હંમેશાં ઓછી વખત દવા આપવી, કે જેથી શરીરમાં બે જાતના રંગો એક બીજાના સંબંધમાં આવતાં જે ધસારો એકાએક નીપજાવે તે છટકાવી શકાય. શરીરપર ચોપડવાની દવા તરીકે એવાં પાણીનો ફકત ચોકસ જથ્થોજ લગાડવો જોઇએ એવું કાંઇ નથી. દાખલા તરીકે જો કાંઇ ઘા પડેલો હોય તો તેને રંગની અસરવાળાં તમારે ગમે એટલાં પાણીથી ધોવો, કારણકે એવી રીતે જોઇએ એટલું પાણી વાપરવામાં કાંઇબી ધાસ્તી નથી.

જ્યારે કેટલાક દીવસો સુધી ચાલુ સુરજનું તડકું પડતું નથી, ત્યારે રંગનાં ગુણવાળુ પાણી બનાવી શકાતું નથી. મેં તપાસી જોયુંછે કે એ માટે તડકાંને બદલે દીવાની રોશની ચાલી શકતી નથી. એવી વખતે, શાકર લઇ તેને છુંદીને બારીક ગાંગડી થાય એવી બનાવવી—એટલે **સરસન** (સરસી)ના કદના જેટલી ગાંગડીઓ જેવી બારીક કરવી, અને જુદા જુદા રંગની બાટલીઓમાં ભરી જે વેળા સુરજ પ્રકાશતો હોય તે વેળા તડકામાં એક પખવાડીઆં સુધી તેજ બાટલીઓ રોજ મુકયા કરવી. આ રીતે તૈયાર કરેલી શાકર, જ્યારે વાદળને લીધે તડકુ પડતું નહી હોય ત્યારે ઘણા નાના જથ્થામાં વાપરી શકાયછે.

થોડોક વખત થયો મને એમ સુઝયુંછે કે લાલ અથવા બલુ બાટલીમાં તેલ ભરી એક મહીના સુધી તડકામાં રાખ્યું હોય તો ચોકસ દરદો સારાં કરવામાં તે પણ ઉપયોગી થઇ પડે. હું માનુંછું—જોકે મેં હજી અજમાવી જોયું નથી—કે ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે બનાવેલું **સરસન** (સરસીઊં) તેલ, જો માથાના પાછળા ભાગ ઉપર ચોપડયું હોય તો, ઉંઘમાં ધાત જતી **અટકાવશે**, કામ ઇચ્છા અથવા હવસની ખાહેશને

ઓછી કરી નાખશે, ધાત ક્ષય, તથા ધાતના પતળાં થવાના રોગ મટાડવામાં મદદ કરશે. માથા ઉપરના વાળ ખરી જઇને ટાલકું પડેલું હોય અને એ તેલ લગાડે તો બાલ પાછા આવશે; અને સફેદ થતા બાલ પાછા કાળા થશે એવી આશા રાખવામાં આવેછે. જે ભાગપર દરાજ થઇ હોય તે ઉપર એ તેલ લગાડે તો તે મટી જાયછે અને સુકી ખોડ અથવા ખુજલી થઈ હોય તો આખે શરીરે તે તેલ ચોપડવાથી મટી જાયછે.

બીજી રીત.

દીવસે કે રાતે રંગીન કાચોનો, એટલે તેમાંથી પસાર કીધેલી રોશનીનો, ઉપયોગ કરી શકાયછે. દીવસને વખતે રંગીન કાચ સાથની એક બારીવાળા ઓરડામાં, અજવાળુ આવવાના બીજા જેબી માર્ગો હોય તે સંભાળથી બંધ કીધાથી, બારીના કાચનો જે રંગ હોય તે રંગની રોશની તેમાં પડશે. અને તે રોશનીમાં જોઇએ તેટલો વખત દરદીને રાખી શકાય. જ્યારે દરદીના આખા શરીર ઉપર રોશની નાખવાની હોય ત્યારે આ રીત વાપરવી જોઇએ. પણ જ્યારે શરીરના કોઇએક ચોકસ ભાગનું દરદ હોય અને તેટલા ભાગ ઉપરજ રોશની નાખવાની હોય ત્યારે ઘટે તે રંગીન કાચ તે ભાગની સામે એવી રીતે મુકવો કે તેમાંથી આવતી રોશની તે ભાગ ઉપર પડે. જો તડકાંની રોશની ખમી શકાય એવું હોય તો તડકેની જગામાં એમ કરવું, નહી તો એવા છાયાવાળી જગા લેવી કે જ્યાં કાચમાંથી પસાર થતી રોશની કાચનો રંગ નાંખી શકે એટલુ પુરતું અજવાળુ ત્યાં હોય.

રાતની વેળા રંગીન કાચનાં ફાનસો એ કામ માટે ઘણાં ઉપયોગી થઈ પડેછે. એક બાજુએ લાલ, બીજી બાજુએ બલુ (હું હંમેશાં ખોલો બલુ અથવા આકાશી બલુ વાપરૂંછું) ત્રીજી બાજુએ લીલા, અને ચોથી બાજુએ પીળા કાચનું એક ફાનસ મારી પાસેછે. દરદીને જે જાતનો રંગ જોઇતો હોય તે રંગની રોશની તેના માથાં કે બીજા જે

ભાગપર જોઈતી હોય ત્યાં નાંખી શકાયછે. આ રીત વિશે જોઇશે ત્યાં વધારે ખોલાસાથી હું હવે પછી સમજાવીશ. હાલતરત જુદા જુદા રંગો અને તેઓ જે જે દરદો સારાં કરેછે તે બાબત હું હાથ ધરૂંછું.

પ્રકરણ ૩.

બ્લુ રંગ.

કુદરતમાં બ્લુ રંગ સૈાથી અગત્યનો જણાયછે. મેં એક ઠેકાણે વાંચ્યુંછે કે બ્લુ રંગ જીંદગી સમાન છે અને લાલ રંગ મોત સમાન છે. અને કાંઇક એવુંજ માલમ પડેછે, કેમકે કુદરતમાં દરેક ચીજ બ્લુ રંગની અસર તળે જીવેછે અને આબાદ થાયછે. આપણી ઉપર અને ચોપાસ ફરતું આકાશ બ્લુ છે, અને ચોપાસ ફરી વળેલા એ બ્લુ રંગને લીધે આપણે સઘળી હયાતી અને શક્તિ મેળવીએ છીએ.

બ્લુ રંગ ઠંડક અને શાંતી આપનાર, વીજળીક અને બંધક (લોહી તથા ઝાડો બંધ કરવાનો ગુણ ધરાવનાર (astringent) છે, અને જ્યારેબી શરીરનો કોઇ ભાગ કે આખું શરીર ગરમ હાલતમાં હોય ત્યારે વાપરવામાં આવેછે. એ રંગ એટલા થોડા વખતમાં આરામ આપેછે કે કોઇક વખતે આપણને ચમત્કાર સરખું લાગે. મીરત શેહેરમાં એક બાઈડી જે ગાંડી થયલી હતી તેના મોંહડા ઉપર એક (પળ) મીનીટથીબી ઓછો વખત બ્લુ રોશની નાખવાથી તેણીનું ઘેલાપણું જતું રહ્યું.

મેં જોયુંછે કે આ રંગથી ઘણાંક પ્રાણીઓનાં દરદો પણ મટેછે. કુતરાંની જીંદગીને માટે એ રંગ ઘણોજ જરૂરનો છે, અને મને માલમ પડયુંછે કે ગરમીની મોસમમાં જો કુતરાંઓને બ્લુ રંગના ગુણવાળું પાણી આપવામાં આવે તો તેઓને હડખું લાગવાની જરાએ ધાસ્તી રહેતી નથી. એક વખતે મારી પાસે એક દજન કુતરાઓ હતા

હું તેઓને દુધ સાથે ઉપર કહેલું "બલુ-પાણી" આપતો હતો. જેથી તેઓ ગરમીના દીવસોમાં ઝાઝા હેરાન થયા નહી. તેઓ પુષ્ટ અથવા માતેલા બનતા ગયા અને તેઓનો સ્વાશ વધુ સેહલાઇથી ચાલતો હતો. ખરેખરૂં જોતાં તો હડખાં માટે બલુ રંગ સૌથી સરસ ઉપાય અને એકલી કારગત દવા છે. હડખાનાં રોગથી પીડાતા ત્રણ દરદીઓ મારા હાથમાં આવ્યા હતા અને તે બધાને ફતેહમંદીથી મેં સારા કીધા. એ ત્રણમાં એક છોકરૂં હતું જેને હડખાયલાં કુતરાંએ કરડયું હતું બીજા બે મોટી ઉમરના પુરૂશો હતા, કે જેઓ પોતાના ઘરમાં જ્યારે કામે પળગેલા હતા ત્યારે એક હડખાં શીયાલે તેઓને કરડયા હતા. મારે જણાવવું જોઇએ કે એ દરદીઓને હડખાંની નીશાની જણાતાંજ મારી કને લાવવામાં આવ્યા હતા. તેઓને તાપ આવી હોય એમ લાગતું હતું, ભુખ જતી રહી હતી, અને અજવાળું જોવા ચાહતા નહી હતા. તેઓને પેટમાં ઘણી આગ બળતી હતી અને તરસ ઘણી લાગતી હતી. મારા ઇલાજથી આઠ દીવસમાં તેઓ સાજા થયા. બીજા એક દરદીએ "બલુ-પાણી" ત્રણ દીવસ પીધું અને હડખાની શરૂઆતની નીશાનીઓ જતી રહેલી માલમ પડવાથી તે વધુ વાર લેવાનું બંધ કીધું. તેના શરીરમાં પચેલું ઝેર પુરેપુરૂં નીકળી ગયલું નહી હોવાથી એક પખવાડીઆંમા તે દરદ પાછું ઉભરી આવ્યું. તેનો જખમ પાછો તાજો થયો અને તેને જરા તાપ પણ ચઢી, પણ આ વેળા તેણે એક અઠવાડીઆંથી વધુ વાર આ દવા લીધાથી તે પુરેપુરો સારો થયો.

આ દરદીઓની ઉપર મેં કેવા ઉપાયો લીધા તે મારા વાંચકોની જાણ માટે હું જણાઉંછું. મેં બાહેરના ભરચોપડના તેમજ પીવાની દવાના ઇલાજો લીધા. ઘા ઉપર દરરોજ બેથી ત્રણ કલાક સુધી બલુ કાચ મારફતે બલુ રોશની નાખ્યા કીધી, અને તે ઘાને બલુ પાણીથી ધોયા કીધો તથા તેની ઉપર બલુ પાણીથી ભીજવેલી કપડાંની ગાદી બાંધી રાખી; પીવાને માટે પેહલા ત્રણ દીવસ સુધી દર ત્રણ કલાકે એક આઉંસ બલુ-

પાણી આપ્યા કીધું, અને જ્યારે રેાગની નીશાનીઓ ઓછી થતી ગઈ ત્યારે બીજા ત્રણ.દીવસ સુધી દરરેાજ ફકત ત્રણ ત્રણ ભાગ આપ્યા, અને તે પછી રેાજ સુતી વખતેજ એક ભાગ પીવા ફરમાવ્યેા.

હડખાંના ઇલાજ તરીકે આ બલુ પાણીની અસર નકી કરવા માટે આપણી માયાળુ સરકાર અખતરા કરશે તેા બહુ.સારૂ કામ કીધેલું ગણાશે. એવા અખતરા કરવાની સૈાથી સરસ રીત એ છે કે સારાં કુતરાંઓ ઉપર અને જે કુતરાંઓ હડખું લાગવાના ચીન્હેા દેખાડતાં હેાય—કે જેવાં કુતરાં જલદી મળી આવશે—તેઓની ઉપર બલુ પાણીની કેવી અસર થાયછે તે તપાસી જોવી; જો એમ માલમ પડે કે બલુ રંગનાં ગુણનું પાણી હડખાં કુતરાંને સારાં કરેછે તેા તે વડે હડખાંયલાં કુતરાંએ કરડેલુ માણસ અવશ્ય સારૂં થવું જોઇએ. બલુ રંગ કેવી રીતે હડખું મટાડેછે તે દેખાડવાને પ્રવીણ વૈદશાસ્ત્રીઓ ત્યારે શકતીવાન થશે. શરીરના જુદાજુદા ભાગેાનું વર્ણન કરનારી વિદ્યા તથા વૈદક વિદ્યાથી હું અજાણેા હેાવાથી, વૈદની ખાતરી થાય એવી રીતે તેનાં કારણેા આપી શકતેા નથી. હું ફકત આટલી વાત જાણુંછું કે હડખા કુતરાંના કરડવાથી શરીરમાં ગરમી વધેછે, અને એ ગરમીને બલુ રેાશની અને બલુ પાણીથી અટકાવી તથા મટાડી શકાયછે; અને તેથી મારા અખતરાઓમાં અને અનુમાનેામાં હું ફતેહમંદ ઉતર્યેાછું.

કુતરાઓ વીશે હું એક બીજી બીના જણાવીશ. મારા એક કુતરાને કેાઇએ ઝેર મુકયું હતું, અને જ્યારે તેની અસરથી તે જમીન ઉપર પડેલેા હતેા તથા તેનું શરીર કમાનની માફક વળી જતું હતું ત્યારે મને તેની ખબર કરવામાં આવી. ઝેરની અસર એટલીતેા ઝડપથી થઈ હતી કે દશ મીનીટમાં તે કુતરાનું શરીર અકડીને જડ થઈ ગયું હતું, તે પેાતાના અવયવેા હીલવી શકતેા નહી હતેા, આંખનાં પાપણ હીલવી શકતેા નહી હતેા અને તેનેા દમ અથવા શ્વાશ ઘણેા ધીમેા થયેા હતેા. મને બલુ પાણી યાદ આવ્યું, અને મેં તે મંગાવ્યું; પણ કેટલાક લેાકેાએ

મને કહ્યું કે એ પ્રાણીને તેની છેલ્લી ઘડીએ હેરાન કરવું નહી, અને એક વાર મનેબી એવોજ વીચાર આવ્યો. તોપણ પાછળથી વધુ વીચાર કરતાં મને બલુ બાટલીનાં પાણીની અસર જોવાનું મન થયું અને તે પાણી ટીપે ટીપે પેલા કુતરાના મોંહડાંમાં મેં નાખ્યું. જયારે એક તોલા જેટલું પાણી તેનાં ગળાંમા ઉતર્યું ત્યારે, મારી મોટી અજાયબી વચ્ચે, તેનો શ્વાસ સારી રીતે ચાલવા લાગો અને બીજી પાંચ મીનીટમાં તેના આંખનાં પોપચાં તે ઉઘાડ બંધ કરી શકયો. ટુંકમાં, તે અરધા કલાકમાં પાછો ચાલહાલ કરવાને શકિતવાન થયો. આ પ્રમાણે તે બહુ ધાસતીભરી હાલતમાંથી સુધરતો જણાયાથી મેં તેને બલુ બાટલીનું પાણી દુધમાં ભેળીને આપ્યું. આ બીના હું પુરેપુરી વર્ણવુંછું તેનું કારણ એ કે આ ખરા બનાવની વિગતો હીંદી પ્રજા હજુર પેહેલીજ વાર ધરવામાં આવીછે, અને બીજું કારણ એ કે વૈદક મંડળમાંથી કોઇએ આજસુધી હડખાંનો કારગત ઉપાય શોધી કાઢયો નથી.

આ બલુ રંગ કોલેરાની સૌથી સરસ દવા છે. આ રોગ બાબે મારો અનુભવ ઘણો થોડો છે. કારણકે એ દરદના ફકત એકજ માણસને મેં સારો કરયોછે. બીજા વધારે દરદીઓની ઉપર એ રીત અજમાવવાને મેં આનાકાની કીધી હતી, પણ હું મજબુતીથી માનુંછું કે બલુ રંગ કોલેરાની બીમારીને પેહેલા તબક્કામાં દફે કરી શકશે, અને રાતો અથવા તો નારંગી રંગ (રાતા અને પીળા રંગોના મીશ્રણથી બનતો રંગ) જયારે જીંદગીનું જોર અથવા જીવનશકિત બહુ ઓછી થઇ ગઇ હોય ત્યારે સારૂં કરશે. મારાં બોલવાની મતલબ વધારે ખુલાસાથી હું જણાવીશ: આ રોગના ઘણાંક ચીન્હો અથવા નીશાનીઓ હોયછે. અનુભવ ઉપરથી મને માલમ પડયુંછે કે જો કોઇ માણસના શરીરમાં આ ચીન્હોમાંનુ કોઇબી એક ચીન્હ એકલુંજ જોવામાં આવે તો બલુ રંગથી તે મટાડી શકાયછે; અને તેથી જયારે એ બધાં ચીન્હો એકઠાં દેખાવ દેછે ત્યારે આ રંગ શામાટે ફાયદો અથવા અસર નહી કરે તેનું કાંઇ કારણ હું જોતો નથી.

પાણીની તરસ બલુ પાણીથી હું મટાડી શકું છું; ઉલટી થતી હોય તે બલુ પાણીથી હું મટાડી શકું છું; ઝાડો આવતો હોય તે બલુ પાણીથી હું બંધ કરી શકું છું; તાણુતોડ થતી હોય તે બલુ રોશનીથી નરમ પાડી શકું છું; વળી બલુ પાણીથી પીશાબ લાવી શકાયછે; આ પ્રમાણે, જ્યારે ઉપલી સર્વે નીશાનીઓ એકઠી માલમ પડતી હોય—જેમકે કોલેરા માં—ત્યારે બલુ બાટલીનું પાણી તે સર્વેને મટાડી શકે એમ માનવું ઘણુંજ સંભવીત અને અકલને અનુસરતું છે. બલુ પાણીના પેહલા બે કે ત્રણ ભાગોથીજ ઘણાં ગંભીર ચીન્હો પેહલે નાબુદ થાયછે અને દરદી ઘણો જલદી—કહો કે પાંચથી છ કલાકમાં—સારો થાયછે, જે એક દાખલામાં મેં જોયુંછે.

પણ કોલેરા એ કેવો રોગ છે? મારાં મત પ્રમાણે એક અથવા બીજાં કારણોથી માણસના શરીરમાં લાલ રંગનો એકાએક વધારો થયાથી જે બીમારી નિપજેછે તે છે. આ લાલ રંગ, અથવા ગરમી, છેક જીંદગીના મૂળસ્થાન, જે નાભી અથવા ડુંટી છે ત્યાંસુધી પોંહચી વળેછે, કે જ્યાં જીંદગી ચાલુ રાખવા માટે **પ્રાણ** અને **અપાન** વાયુ જોડાય છે. અ-સાધારણ ગરમીથી બંને વાયુઓનું જોડાણ એકદમ છુટું પડી જાયછે અને આ બેઉ જીંદગીના વાયુઓ એક બીજાને અંકુશમાં રાખતા ન હોવાથી દરેક વાયુ પોત પોતાનો રસ્તો લેયછે. **પ્રાણ** વાયુ ઉપર ચહડવા માંગેછે અને તેથી ઓકારી થાયછે; **અપાન** વાયુ નીચે જવા માંગેછે અને તેથી ઝાડો થાયછે. નાડી એકદમ ધીમી પડી જાયછે કારણકે જીવના મૂળ ઉપર ગરમી ફરી વળેછે.

ડુંટી ઉપર થંડા પાણીની ગાદી મુકી પાટા માફક બાંધીને બીજ-વેલી રાખી હોય તો તેથી એ રોગનાં બધાં લક્ષણો જતાં રેહશે કે નહી તે હજી તપાસવાનું બાકી રહેલુંછે. મજબુત જુવાન માણસો જેઓમાં લાલ રંગ પુશકળ હોયછે તેઓને આ દરદ થવાનો ઘણો સંભવ હોયછે. અને આજારી જેવાં, ફીકા પડી ગયલાં આદમીને એ દરદ થતું તમે કદી જોયું નહી હશે. જેઓની પ્રકૃતી બલગમી હોય તેઓનેબી એ દરદ

થતું નથી, મુખ્યકરીને કે જ્યારે બલગમનો જોર થયલો હોય. એક દેશી વૈદે કોલેરાના અટકાવ તેમજ ઉપાય તરીકે દીવસમાં ત્રણથી ચાર વખત નાહવા ફરમાવ્યું અને તેમાં તેને ઘણી ફતેહ મળી. કારણકે કોલેરા જ્યારે ફાટી નીકળ્યો ત્યારે તેને હાથે ઘણા દરદીઓ સારા થયા. તેનું મત એવું હતું કે કોલેરાનો હુમલો થતાંજ જો દરદી નદીમાં જઇ બેસે તો તે કોલેરાથી કદી મરી જવાનો નથી.

મારૂં બલુ બાટલીનું પાણીબી કોલેરાના અટકાવ તરીકે વપરાયછે, જે લેવાનો સૌથી સરસ વખત બીછાને જતી વખતનો છે. એ પાણીથી આખું શરીર ઠંડુ થાયછે અને ગરમી નરમ રહેછે. કોલેરાના ઉપદ્રવ વખતે ગરમી પેદા કરે એવી ચીજો ખાવી નહી અને ઠંડક આપે એવી ચીજો ખાધાથી ફાયદો થાયછે. એ દરદના હુમલાના પેહલા ભાગમાં ગરમી આપે એવી દવાઓ આપવી એ ખરેખર ઘણી ગંભીર ભુલ છે. પણ માણસ મરણતોલ થવા આવ્યું હોય કે જ્યારે સૌથી પેહલું ગરમી લાવવાની ઘણી જરૂર છે, તો એવી દવાઓ ઉપયોગી થઇ પડેછે. એવી વખતે ગરમી શરીરમાં જીવનશકતી આપેછે અને તેથી કુદરત દરદ સારૂ કરવામાં મદદ કરેછે. પણ જો જીવનશકતી વધવા સાથે દરદનાં ચીન્હો પાછાં વધે તો બલુ બાટલીનું પાણી જરૂરનું થઇ પડેછે. એ પ્રમાણે, જો લાલ અને બલુ બાટલીના પાણી યોગ્ય વીચાર કરીને ડાહપણથી આપ્યાં હોય તો કોલેરાથી પીડાતો દરદી જરૂર સારો થશે.

એ વીશે મારે એક બીના જણાવવી જોઇએછે. કેટલીક કોમના માણસો એ દરદને જલદી આધીન થઇ પડેછે, જેવા કે અંગ્રેજો. તેઓ ઠંડા મુલકના રેહવાસી હોવાથી ગરમી આપે એવા ખોરાક અને પીણાનો મોટો જથ્થો ખપાવેછે. તેઓ જ્યારે હીંદુસ્થાન જેવા ગરમ મુલકમાં રહેલા હોય ત્યારે તેઓ સેજ જેટલું બહાનું મળતાં એ દરદના ભોગ થઇ પડેછે. તેઓ ગરમી આપનારજ ખોરાક લેયા કરેછે, તેથી તેઓમાં દેશીઓના કરતાં કોલેરા વધુ ઝડપથી ફેલાયછે. તેઓને માટે

સઉથી સારો રસ્તો એ છે કે કોલેરાના ઉપદ્રવના વખતમાં માંસનો ખોરાક અને ગરમી આપનાર પીણું તજી દઇ ફકત વનસ્પતીક ખોરાકપર રેહવું જોઇએ.. વળી એ લોકને જ્યાંસુધી મોટા જથામાં, એટલે એક દેશીને જેટલો ભાગ આપીએ તેથી ચારગણા વધુ જથ્થામાં, રંગનું પાણી આપવામાં આવતું નથી ત્યાંસુધી તેની અસર થઈ શકતી નથી.

હું હવે મરડાની બાબદ હાથ ધરૂંછું. બલુ બાટલીનું પાણી એને માટે સઉથી સરસ ઇલાજ છે. એથી મેં સેંકડો દરદીઓ સારા કીધા છે. બે દીવસના અરસામાં એ દરદને તે સારૂં કરી નાખેછે. ખરાબમાં ખરાબ રૂપવાળાં આ દરદનો મને અનુભવ છે, તેથી હું ખાતરીથી કહુછું કે જો મરડાના કોઇબી દરદીને બલુ બાટલીનું પાણી આપ્યું હોય તો તે કદી મરી જશે નહી. મારા હાથમાં એક ૧૧ વરસનો છોકરો એ દરદથી પીડાતો આવ્યો હતો, જેણે મને એમ કહ્યું કે ૨૪ કલાકમાં તેને ૨૫૦ વખત ઝાડો થતો હતો. એક હુશીઆર એસીસટન્ટ સરજ્યને તેને ઘણીએક 'એલોપેથીક' દવાઓ આપી હતી પણ કાંઇબી ફાયદો થયો નહી હતો. મેં તેને ફકત દશ દીવસમા સારો કીધો. મારે હાથે એક દીવસમાં અડધોઅડધ ઝાડા ઓછા થયા, અને એજ રીતે સુધારો થતો જતાં ચાર દીવસમાં રોજના ૨૫ ઝાડાની સંખ્યા થઇ ગઇ, અને બીજા ચાર દીવસમાં નામનાજ ઝાડા થયા. તે પછી બે દીવસ સુધી, ઘેરા બલુ એટલે ગળીના રંગની બાટલીમાં તૈયાર કરેલું પાણી આપ્યાથી તેનું દરદ તદન જતું રહ્યું. હું ધારૂંછું કે અડગરી થઇ હોય ત્યારેબી એ બલુ પાણી સારૂં કરવાને શકતીવાન થશે.

આ દરદ આપણા લોકોમાં ભયભરેલું ધારવામાં આવતું નથી, જોકે યુરોપીયનોમાં તેમ ગણાયછે; અને તેઓ તો એ દરદને, માણસજાતને થતાં સઉથી ખરાબ દરદોમાંનું એક દરદ ગણેછે. દેશીઓ કરતાં યુરોપીઅનોના બાબમાં, આંતરડામાં સોજો અને અગન વધુ જલદી થાયછે અને એનું કારણબી ગરમી આપે એવું ખાનપાન હોયછે. પણ તેઓ ઠંડા

મુલકના રેહવાસી હોવાથી આપણને જેટલું વારંવાર એ દરદ થાયછે તેટલું તેઓને થતું નથી.

મરડો થયો હોય ત્યારે ઘઉં, ચણા, બાજરી, અને માંસનો ખોરાક લેવો નહી. દુધ, સાબુચોખા, આરારૂટ, ચોખા અને ખીચડી એવી વખતે સારો ખોરાક છે. પીવાનુ પાણી ઠંડુ વાપર્યાથી સારૂ થવામાં મદદ કરેછે, પણ આઇસનું પાણી કોઇ વેળા ઉલટુ ગરમીનો જુસ્સો વધારી આપેછે. દુધને બલુ બાટલીમાં ભરી દસ મીનીટ તડકામાં મુકીને વાપર્યું હોય તો તે ખોરાક તેમજ દવા તરીકે કામ લાગી શકેછે.

"ન્યુમોનીઆ" (એટલે ફેફસાંપર સોજો આવવાનું દરદ) એ બીજું દરદ છે કે જે ગરમીનો અસાધારણ મોટો જથ્થો ફેફસાંઓમા દેખાડેછે. એ દરદમાં ગળીના રંગની બાટલીનું પાણી જેટલું ફાયદો કરેછે તેટલું બલુ રંગની બાટલીનું કરતું નથી. ફેફસાંઓને હમેશાં થોડોક લાલ રંગ જોઇએછે અને ગળીના (ઘેરા બલુ) રંગમાં રતાશનો સેજ ભાગ હોવાથી ફેફસાંની ઉપર જાદુઈ અસર કરેછે. તે ગરમીને દુર કરેછે, નાસુર પડતાં અટકાવે છે, તાપને કાબુમાં લાવેછે અને દરદીને જલદી સારો કરી નાખેછે.

મારા એક નાના ભાઇને એક વખતે ન્યુમોનીઆની કસર થઇ હતી તેને ગળીના પાણીએ ૨૪ કલાકમાં સારો કર્યો.

ખરેખર તો, સરદીમાં ખુલ્લા રેહવાને કે કોઇ બીજે સબબે નીપજતાં દરદો શરીરના કોઇબી ભાગમાં ગરમીનો, એટલે લાલ રંગનો અસાધારણ મોટો જથ્થો દેખાડે તો તે ગરમી મટાડવાને બલુ રંગ ઘણોજ અસરકારક થઇ પડેછે. દાખલા તરીકે જો કોઇને વીચ્છુ, ભમરા કે મધમાખે ડંખ માર્યો હોય તો, ડંખપર બલુ પાણી લગાડવાથી દરદ થતુ એકદમ મટી જશે.

આ બલુ પાણીથી અજાયબ જેવી રીતે સારા થયલા બે દાખલાનું હું વર્ણન કરૂંછું, કારણકે તેથી તેની અસર જાણવાનું સારી રીતે બની આવેછે.

મીરતમાં એક પૈસાદાર આદમી હતો જેને દારૂ પીવાનો લખ લાગો હતો. કાંઇક કામુસર તે લાહોર જતો હતો જ્યારે રસ્તામાં તેને તાવ આવ્યોઃ તેનું કલેજું (નેવર) ખેંચાઇ આવ્યું હતું અને કલેજામાં શુળ ઉઠી હતી. તે અમરીતસરમાં ઉતરી પડયો અને કોઇ દાકતરની સારવાર હેઠળ ત્યાં રહ્યો. તેને કાંઇ ફેર પડયો નહી તેથી તે મીઆનમીર ગયો અને બીજા કોઇ દાકતરની દવા કરવા માંડી, અને એ પ્રમાણે એક અઠવાડીઉં ગુમાવ્યા પછી સેહજબી ફેર નહી પડવાથી મીરત પાછો ફર્યો, અને એક હુશીઆર અંગ્રેજી વૈદુ જાણનાર દાકતરની મદદ લીધી. તેણે પોતાની દવા ચાર પાંચ દહાડા અજમાવી પણ તેથીબી કાંઈ ફરક પડયો નહી. ત્યારે તે દરદીએ મને બોલાવ્યો અને પોતાની જીંદગી બચાવવા મને અરજ કીધી. પેહલો સવાલ જે મેં તેને પુછયો તે એ કે "કેટલા દીવસમાં તમો સારા થવા માંગોછો?" તેણે જવાબ દીધો કે "કાલ સુધીમાં." મેં કહ્યું કે "ઘણું સારૂં; જો હું કહું તેમ તમે કરશો તો એટલા જલદીબી સારા થશો." મેં બે બલુ બાટલી મેળવી, કે જેમાં અગાઉ "એપસમ સોલ્ટ" ભરેલું હતું. મેં એમાં બલુ પાણી બનાવ્યું, અને એક આઉંસ દર બે કલાકે આપ્યું; તેના શરીરપર દીવસે તેમજ રાતે બલુ રોશની નાખવાનીબી મે સંભાળ લીધી. આ બેઉ ઉપાય કરવાનું બપોરે બાર વાગે શરૂ થયું અને બીજે દહાડે સાંજે ચાર વાગે હું ઓફીસમાંથી પાછો આવ્યો ત્યારે મને માલમ પડયું કે તે સારી હાલતમાં હતો. તેણે મને કહ્યું કે બલુ રોશની તેની ઉપરથી કહાડી નાખવી, કારણકે તેને ઠંડી જેવું લાગતું હતું. તાપ જતી રહી હતી; સુળ મારવાનું બંધ થયું હતું અને કલેજાનો સોજો ઉતરી અસલના કદ પર તે આવ્યું હતું. મેં તેને કહ્યું કે તેના આગલા દાકતરને બોલાવીને પુછવું કે તે હવે સારો થયો હતો કે નહી. તેણે તેમ કીધું, અને તેના દાકતરે કહ્યું કે તેને કાંઇ દરદ હોય એવું લાગતું નથી. જે સઘળું સાચું અને સારૂ છે તેને નામે હું પુછુંછું કે કોઇ બીજી દવાએ એ માણસને એટલો

જલદી સારો કીધો હોત? તે માણસ હજુ સુધી પોતાની ઉપર વીતેલી બીના કેહવાને જીવેછે.

મીરતમાં મારે હાથે એવીજ ચમતકારીક રીતે એક બીજું માણસ સારૂં થયુ હતું. દરદી ઉમરે ૧૭ વરસનો એક જુવાન હતો. તેને તાપ અને પેટ આવતાં હતાં અને એસુધ્ધીમાં લવારોબકારો કરતો હતો. એક મહીના સુધી જાતજાતની દવા અજમાવામાં આવી હતી, પણ તેથી કાંઇબી ફાયદો નહી થયો હતો. એ દરદીને મારા હાથમાં લેવાની અરજ કરવામાં આવી. જ્યારે એ દરદી મારી સારવાર તળે આવ્યો ત્યારે તે માત્ર હાડપીંજર જેવો બની ગયલો હતો. તેના બદનના કોઇબી ભાગપર માંસ માલમ પડતું નહી હતું. અને આવી રીતનું ગળાઇને નખાઈ ગયલું આદમી મેં પેહલવેહલું એજ જોયું. બલુ પાણી અને બલુ રોશનીથી મેં તેને પંદર દીવસમાં સારૂં કીધું. થોડેથોડે વારે ખોરાક તરીકે દુધ આપ્યા કીધાથી—તેને સુધરતો જવામાં ઘણી સારી મદદ મળી. દરદીને દુધ આપ્યા અગાઉ તેને દશ મીનીટ સુધી બલુ બાટલીમાં ભરી તડકે રાખવામાં આવ્યું હતું. તેના શરીરપર માંસ પાછુ આવતાં છ મહીના લાગ્યા પણ ત્યારે તેનું માથું બોડકું થઇ ગયું હતું. એનું મને એવુ. કારણ તેણે આપ્યું કે જુના બાલો ખરી જઇ નવા બાલો ફુટતા હતા. એ જુવાન હમણા બચાં છોકરાંવાળો મોટો માણસ થયો છે.

હવે શું કોઈ એમ કહી શકશે કે ઉપર જણાવેલાં દરદો ફકત યકીનથીજ સારાં થયાં હતાં અને તેમાં રંગોએ કાંઇબી ભાગ બજાવ્યો નહી હતો? બેશક રંગથી દુખ મટાડવાની બીના નવી હોવાથી ઘણા માણસો એની ઉપર ભરોસો મુકી શકતા નથી. મેં બે 'સીવીલ સરજ્યનો'ને મારાં અનુમાનો સમજાવ્યાં પણ તેઓ તેની ઉપર ભરોસો મુકી શકયા નહી. ૧૮ વરસના એક જુવાનનું પેટ કબજ રહેતું હતું. મેં તેને કેરબાના રંગની બાટલીમાં પાણી તૈયાર કરી પીવા ભલામણ કીધી. તેણે મારા કહ્યાસર કીધું, પણ તે આખી બાટલી ભરી પાણી પી ગયો;

તેથી પેટમાં દુખવા લાગું અને ઝાડા થઇને મરડેા થયેા. પણ તે છેાકરાએ હુશીઆરી વાપરીને બલુ બાટલીમાં પણ પાણી બનાવી મુકયું હતું. તેની ખાતરી થઇ કે રંગના પાણીથીજ આ દુ:ખ તેને થયું છે તેથી તે બલુ બાટલીમાંનું બધું પાણી પી ગયેા અને એક કલાકમાં તેનું દુ:ખ મટી ગયું. જો કેાઇ માણસ રંગના આવા ગુણ માનવા ના પાડતેા હેાય તેા, તેણે પેાતાની ઉપર એ અજમાવી જોવું અને તેનું પરીણામ તેને પેાતાની મેળે દેખાશે. અગીઆર વરસના અરસામાં મને ફક્ત એકજ માણસ એવેા મળ્યેા છે કે જેની ઉપર રંગના આવા પ્રયેાગની અસર થઇ નહી અને તેનું કારણ હું શેાધી કહાડી શકયેા નથી. પણ બીજા સેંકડેા માણસેા, જેઓની ઉપર મેં એ રીત અજમાવી છે તેઓમાં રંગની અસર ખેાલ્લે ખેાલ્લી થઇ હતી.

બલુ રંગ ઉપર મેં પુરતું વીવેચન કીધું છે અને હવે બીજા રંગેા વીશે બેાલવાની જરૂર છે.

પ્રકરણ ૪.

ઘેરેા બલુ.

આ રંગમાં લાલનેા સેજ અંશ છે. એને ગળીનેા રંગ અથવા જાંબુડેા રંગ કહી શકાય, જોકે જાંબુડામાં તેા બલુ કરતાં લાલ રંગ વધારે હેાયછે.

કેટલાક દરદેામાં બલુ રંગ જોઇએછે, પણ તેની સાથેજ થેાડા લાલનીબી જરૂર હેાયછે. ફેફસાંના અને ઘાંટીની નળીઓનાં બધાં દરદેામાં બલુ સાથે થેાડેા લાલ રંગ ભેળાયલેા જોઇએછે. આંતરડાંઓને બલુ રંગની તરબીયત પુરી થતાં થેાડેા લાલ રંગ જોઇએ છે—કે જેથી શરીરમાંનેા કચરેા કહાડી નાખવાને તેઓમાં જોઇતી શકતી આવે.

ઘરડાં અને નબળાં માણસેામાં આસમાની (ખેાલા) બલુ કરતાં ઘેરેા બલુ હંમેશાં વધારે સારેા છે, કારણકે તેઓથી ઘણી ઠંડક ખમવાની આશા રાખી શકાતી નથી.

'ન્યુમોનીયા'નું દરદ, શ્વાશ નળીના સુજવા સાથે દમ લેવાની કઠણાઇ, ખાલી હાંસાના દરદ (croup), અને કુકડીઆ હાંસાના દરદ ઉપર આ રંગનું પાણી પીવામાં આપ્યાથી રામબાણ અસર થાયછે. એ રંગ તાપ ઓછી કરેછે, શ્વાશ નળીઓ અને ફેફસાંનો સોજો ઓછો કરેછે, અને બગલમ કહાડી નાખેછે.

ઘણા વખતની ચાલુ રહેલી બદહજમી ઉપર એ રંગ સઉથી સરસ ઉપાય છે. પેટના રસવીકારો જેથી દાહે બળેછે તેઓને એ રંગ વધવા દેતો નથી; ઉલટી અથવા ઝાડાને બંધ કરેછે અને પાચન કરનારા ભાગોને મજબુતી આપેછે.

પ્રકરણ ૫.

પીળો રંગ.

આ જાતના રંગની બાટલીઓ જવલેજ મળેછે. સાફ પીળા રંગની બાટલીઓ આપણે મેળવી શકતા નથી. તેઓમાં હંમેશાં સેજ લાલનો અંશ હોયછે. જેથી એ જાતના રંગને ફીકકો નારંગી રંગ કહી શકાય.

આ રંગ પેટની કબજીઆત મટાડવા માટે ઘણો સારો છે. પેટ સરખાં આવતાં કરવા માટે લાંબો વખત સુધી એને લેવાની અગત છે. આ રંગનું પાણી મોટા જથામાં લેવાથી હોજરીમાં એકદમ ગરમી પેદા થાય છે અને તેથી કોઈ બીજા દરદો ઉભરી આવવાનો સંભવ રહેછે. પણ ધીમે ધીમે આ રંગનું પાણી નીયમીત પીધામાં લેવાથી ગમે એટલા લાંબા વખતની કબજીઆત હોય તે જરૂર મટી જાયછે.

આ પ્રમાણે જેઓનો ધંધો એવો હોય કે તેથી તેઓને ચાલવા કે ઉભું રેહવા, કે સુવા કરતાં ઘણોવાર બેસી રેહવું પડતુ હોય, તો તેવા માણસોને આ રંગ ઘણોજ ઉપયોગી થઇ પડેછે. દુકાનદારો, વેપારીઓ, ન્યાયધીશો, કારકુનો આવી જીંદગી ગુજારેછે; તેઓને કલાકો સુધી લાગટ પોતાની બેઠક ઉપર બેસીજ રેહવું પડેછે.

વીસ યા પંદર વરસ સુધીની ઉમરનાં માણસોમાં લાલ રંગને બદલે

આ રંગ આપવામાં આવેછે—એટલે કે જો કોઇ દરદમાં તેઓને લાલ રંગ આપવો જોઇતો હોય તો તેને બદલે પીળો રંગ આપવો ફાયદાકારક છે. કારણ કે એ ઉમરના દરદીઓને ઘણો થોડો લાલ રંગ આપ્યાથી સારૂં થાયછે અને તેમાં ખુદરતી મદદ મળેછે. વધારે ખુલાસાવાર હું એ સમજાઉંછું. ધારો કે એક પંદર વરસનો પુરૂષ બદહજમીથી હેરાન થાયછે. તેને લાલ યા નારંગીના રંગની બાટલીનું પાણી આપવું મુનાસેબ નથી; કારણકે તે જુવાનીયામાં ખુદરતી ગરમી પુરતી છે. તેને થોડું પીળી બાટલીનુંજ પાણી આપવું જરૂરનું છે કે તેથી તેની કુદરતી ગરમી ઉસકેરાઇ ચાલુ થાય અને તેનું દરદ મટે.

બધી જાતના રગતપીતો ઉપર આ રંગ ઘણોજ કારગત લાગેછે. પણ બરાબર સારૂં થતાં છ મહીનાથી બી વધુ વખત લાગેછે. દીવસમાં બે ભાગ પુરતા થઇ પડેછે. એક ભાગ સહવારે આપવો અને બીજો સુરજ અસ્ત પામતાં યા તેની સેજ વખત અગાઉ આપવો. એક અઠવાડીઉ કે દશ દીવસ એમ કીધાથી પેટ સાફ આવેછે અને થોડાથોડા જથ્થામાં શરીરમાંના ખરાબ પદાર્થો નીકળી જાયછે. એક મહીના પછી દરદીના શરીરમાં આગળ કરતાં વધુ લોહી પેદા થાયછે. ત્રણેક મહીનામાં ઘાઓમાંથી પાણી જેવા પદાર્થને બદલે લોહી નીકળવું ચાલુ થાયછે. અને છ મહીનાના અરસામાં બધા ઘા રૂઝાઇ જાયછે. બીજા બે મહીનામાં શરીરના બધા ભાગો જાણે નવા થઇ જાયછે અને દરદ પાછું ઉભરી આવવાની સેહેજબી ધાસ્તી રેહતી નથી. જ્યારેબી પેટમાં એકદમ ગરમી વધઘટ થતી દેખાય ત્યારે પાણી વધતું ઓછું કરવાની હમેશાં સંભાળ લેવી. ૨૪ કલાકમાં બેથી વધુ ઝાડા થાય નહી તેની સંભાળ લેવી. ચાવલ, દુધ, માછલી, દહી અને ગોળ આ દવા લેતા હોય ત્યારે ખાવામાં લેવું નહી; ચણા સાથે થોડા ઘઊંનો ખોરાક એ વખતે ઘણો સારો છે. શરીરને ફરીથી તંદરોસ્ત બનાવવા અને પુષ્ટી આપવા જે ખોરાક જોઇએ તેમાં ઘી કે માખણ ઘણું જરૂરનું છે. જેટલું બને એટલું નીમક

ઓછું આપવું કારણકે શરીરમાં તે ખરાબ રસને વધારી આપેછે. હીંદુસ્થાનના દેશીઓમાં એ દરદ ચેપી ગણાયછે અને રગતપીતીઆઓને કોઇ અડકતું નથી.

આ દરદને સારૂં કરવાને બીજા સાદા ઇલાજો પણ છે. કેટલીક વનસ્પતીઓ આ દરદ મટાડવાને અસાધારણ શકતી ધરાવેછે. એક માણસને આ નજીસ દરદ લાગુ પડવાથી તેને નોકરીથી દુર કરવામાં આવ્યો હતો, જેને મેં પુરેપુરો સારો કર્યો. તેને અલાહબાદની સીવીલ સરજ્યનોની કમીટીએ પાછળથી તપાસતાં તે સદંતર તંદરોસ્ત છે એમ જાહેર કર્યું. ઉપર કહેલી સાધારણ વનસપતીનો રસ દીવસમાં એકથી બે તોલા જેટલો આપ્યાથી આશરે છ મહીનામાં તે દરદ દફે થઇ ગયું. મારા સાંભળવામાં આવ્યુંછે કે સરકારે રગતપીત શું છે તે વીશે દાકટરોનું મત જાણવા માટે તેઓનું એક કમીશન નેમી ઘણા પૈસા ખરચ્યા છે. પણ જે આ સાદા ઇલાજો, કે જેનો ખરચ નજીવો થાયછે, તે અજમાવવામાં આવે તો ગુંચવણ ભરેલી અને એક બીજામાં ભેળેલી અંગ્રેજી દવાઓ કરતાં વધુ ફાયદો મનુષ્યજાતને કરી શકે. વૈદ્યક વિદ્યાનો સઉથી ખરાબ આકાર જે અચોકસાઇનો છે તે દુર થઇ જાય અને ગણીત વીદ્યા અથવા કુદરતી પદાર્થજ્ઞાન વીદ્યા જેટલીજ ચોકસ વીદ્યા થઇ પડે. આપણી દયાળુ સરકાર, જેની મુખ્ય નેમ લોકોનું ભલું કરવાની છે, તેને મારીથી બનતી દરેક મદદ આપવા હું તૈયાર છું. મફતના દવાખાનાઓ જગેજગ સ્થાપવાથી, મોંઘી દવાઓ મફત વેંહચવાથી, અને રગતપીતીઆઓ માટે આશ્રમઘરો સ્થાપવાથી સરકારની આ નેમ ખુલ્લેખુલ્લી દેખાઇ આવેછે.

પ્રકરણ ૯.

લાલ રંગ.

આ રંગ ગરમી આપનાર, વીજળીક ગુણ રહીત (non-electric) અને બંધક ગુણ રહીત (non-astringent) છે. શરીરની સુસ્ત થયલી હાલતોને

તેજી બનાવવાને એ ઉપયેાગી થઇ પડેછે. વધુ બલુ રંગને લીધે જેબી ભાગેા સંકેાચાઇ ગયા હેાય તેને પાછા ખીલવેછે. થેાડેા અથવા આખાં શરીરનેા લકવેા આ રંગ સારેા કરી શકેછે. સરદીથી આવેલા સેાજા મટાડેછે. શરીરનેા કેાઇએક ભાગ જુડેા (હાલચાલ કરવાને અશકત) પડી ગયેા હેાય તેા તેની ઉપર લાલ રંગની રેાશની નાખ્યા કીધાથી તે ભાગ સારેા થાયછે.

આ રંગથી એક નવાઇ જેવું દરદ મે સારૂં કર્યુંછે. એક ૨૫ વરસની ઉમરનેા મજબુત અંગ અને અવયવેાનેા આદમી એક ઝાવલીનાં છાપરાંઓનાં બનેલા ગામમાં રેહતેા હતેા. એક દીવસે તે ઝુપડાઓમાં આગ સળગી ઉઠી. આગ હેાલવવા, છાપરાંઓને તેાડી પાડવા, અને આગમાંથી લેાકેાની મતા બહાર કહાડવામાં તેણે ઘણી મેહનત કીધી. આથી તેના શરીરમાં બહુ ગરમી પેદા થઇ અને તેનું આ પરેાપકારી, મેહેનત ભરયું, અને જેાખમભરેલું કામ પુરૂં થતાં તેને ઘણી તરસ લાગી. તે એક કુવાપર ગયેા અને મન ભાવતું પાણી પીધું. ગરમી અને સરદીનું પ્રમાણ એકાએક અકેક પાછળ ફેરવાવાથી તેની ઉપર ઘણી માઠી અસર થઈ, અને તેના શરીર ઉપર લાલ ડાઘા ઉભરી નીકળ્યા તેનું શરીર દહાડે દહાડે દુબળું થતું ગયું. કેાઇબી વૈદ્ય તેની ચેાકસ દવા ફરમાવી શકયેા નહી અને તે દરરેાજ લેવાતેા ગયેા. તેનેા જમણેા હાથ તદન નખાઇ ગયેા અને શરીરના બીજા બધા ભાગેા કરતાં ઘણેા તવાઇ ગયેા, અને હાથના આંગળાં જુઠાં પડીને વાંકાં તથા જડ થઇ ગયાં જેથી તેઓ નકામાં થઇ પડયાં. એજ દરદ જરા નરમ આકારમાં તેના ડાબા પગનેબી લાગુ પડયું તેથી તે ચાલવાને અશકત થયેા. પેલી આગ લાગ્યાને ૧૪ વરસેા થયા પછી તે મારી આગળ આવ્યેા, અને મેં લાલ બાટલીનું પાણી તેના હાથ અને પગપર લગાડવા ફરમાવ્યું. હું તેને બાટલી ભરી પાણી આપતેા અને તે દરરેાજ કલાકેક સુધી તેમાં પેાતાનાં આંગળાં બેાલી રાખતેા હતેા. આ તરબીયતથી તેનાં આંગળાં સજીવન થયાં, અને તેના પરીણામમાં

તવાઇ ગયલા ભાગોમાં માંસ આવવા માંડયું. તેણે કેટલાક મહીનાઓ સુધી મારા ફરમાવ્યા મુજબ કર્યા કીધું અને તેણે મને કહ્યું કે તેથી તે પુરો સારો થયો હતો. તે પછી તેને બીજી તરફ જવું પડયું અને તેથી તેના વીશે મને કશી ખબર મળી નથી. મારે જણાવવું જોઇએ કે આ રંગની દવા આપ્યાની સાથે મેં તેની ઉપર 'મેસમેરીઝમ'બી અજમાવ્યું હતું, જેથી તેના દીલ ઉપરના લાલ ડાઘો નીકળી ગયા અને તેના શરીરમાં બધી પ્રકારે સુધારો થયો.

લકવાના શરૂઆતના વખતમાં દરદીઓ પોતાના પગ ઘણા ભારી લાગવાથી બરાબર ચાલી શકતા નથી; એવા કેટલાક દાખલાઓમાં તેઓને લાલ પાણી પીવાનું આપવાથી તથા તેઓના પગ ઉપર લાલ રોશની નાખવાથી મેં સારા કીધા હતા.

પ્રકરણ ૭.

દરદો અને તેના ઉપાયો.

રંગનાં મૂળતત્વો વિશે ખુલાસો કીધા પછી માણસજાતનાં શરીરમાં ઉત્પન્ન થતાં કેટલાક મુખ્ય દરદો તેમજ તે દરદોને સારા કરવાના રંગ અને લેવા જોઇતા ઉપાયોની સમજ હવે આપવી વધારે અનુકુળ થઇ પડશે, કારણકે એ સમજ એક શીખાઉને દરદો સામે હીમતથી ઉપાય લેવામાં ઘણે મોટે દરજ્જે મદદ કરી શકશે.

તાવો.

તરેહવાર લક્ષણ ધરાવનારૂં આ દરદ માણસોનું મરણ નીપજાવવામાં સૌથી મોટા હીસ્સાનો દાવો કરેછે. ઘણાંખરાં દરદોનું કારણ એકસરખું છે અને તે એ કે શરીરની અંદર રાતો રંગ જોઇએ તે કરતાં વધી ગયો હોયછે. કોઇ વખતે ભેજાની ઉપર અસર કરેછે, જ્યારે તેને ભેજાંની તાવ અથવા કાળ જ્વર * (brain fever) કેહવામાં આવેછે.

* જ્વર = તાવ, તાપ.

કોઇ વેળા તે આતરડાં ઉપર અસર કરેછે, જ્યારે સન્નિપાત જ્વર અથવા આતરડાંની તાવ (Typhoid or bowel fever) તરીકે પીછાનવામાં આવેછે. કોઇ પ્રસંગે તે કલેજાંની ઉપર અસર કરેછે અને ત્યારે તેને પિત્ત જ્વર (Bilious fever) કેહવામાં આવેછે. કોઇ વાર હવામાં થોડોક વખત ઉઘાડા રેહેવાથી તેમજ હવાની અંદર એકાએક ફેરફાર થવાથી તેની અસર આખા શરીર ઉપર થાયછે, અને ત્યારે તેને ઝેરી હવાવાળી વિષમ જ્વર (remitent malarious fever) કહેવામાં આવેછે. કોઇ વખત શરીરમાં ખરાબ પદાર્થો હોયછે અને કુદરત તેમને બાહાર કહાડવાની કોશેશ કરેછે, અને તે વેળા જે રીત તે કામે લગાડેછે તે એ છે કે જેમ શીતલા, 'સ્કારલેટ' (દીલરાતુ થઇ આવની) તાવ (Scarlet fever) અને સોજાવાળી તાવ (erysipelas) ના દાખલાઓમાં બનેછે તેમ શરીરમાંથી ખરાબ પદાર્થ દરદ રૂપે બહાર કહાડેછે. બીજા તાવો બલગમી (mucous) તાવોને નામે ઓળખાયછે, કે જેથી બલગમ યા કફ સુકાઇ જાયછે. એ જાતનાં દરદને સખત સલેખમ (Influenza), દમ ગુંગલાવી નાખનારી ખાંસી (Croup) અને કુકડીઓ ઢાંસો (Hooping cough) એવા નામોથી ઓળખવામાં આવેછે. તાવો કોઇબી પ્રકારના હોય, પણ તે સર્વેની ઉત્પત્તી રાતા રંગના અતીશય વધી જવાથી થાયછે, અને તેના ઉપાયની એકલી નેમ એ છે કે શરીરમાં તે રંગનું જેટલું પ્રમાણ વધી ગયું હોય તેટલું પ્રમાણ દુર કરવું. એ ઉપાયમાં કુદરત ઘણે દરજ્જે મદદ કરેછે. જે જગાએ દવાની જરૂર હોયછે તેજ જગાએ તે બરાબર પોહચાડેછે. દાખલા તરીકે, એક માણસ અતિસારના રોગથી પીડાયછે. જો તેને બલુ પાણી પીવાડયું હોયછે તો તે શરીરના બીજા કોઇબી ભાગ કરતાં આતરડાંપર વધારે અસર કરેછે. એ ઉપરથી જણાયછે કે ફક્ત અસર કીધેલા ભાગ ઉપરજ દવા લગાડવાની અગત હોય એમ નથી. જો રંગની અસરવાળું પાણી અંદર લાગુ કરવામાં આવે તો, તે દરદી ભાગપર અસર કરી તેને સારો કરેછે. પણ જો બની શકે તો શરીરના જે ભાગપર ગરમીની પીડાકારી હોય તે

બાગપર રોશની પાડવી વધારે સારી છે, કારણકે તેથી તેનો ઉપાય જેમ બને તેમ જલદીથી થાયછે.

કાળી જ્વર અથવા ભેજાંની તાવ—ફક્ત બલુ રોશનીથીંજ ઘણી સેહેલાઇથી સારી થઇ શકેછે. પણ જ્યારે તાવ સાથે ઝાડો આવતો હોય ત્યારે બલુ પાણીનો ઉપયોગ કરવો વધારે સારો છે.

સનેપાતની તાપ (સન્નિપાત જ્વર)—ફક્ત બલુ પાણીથી સારી કરી શકાયછે. આ તાવ તદન મટી જાય ત્યાંસુધી પેટને હંમેશ, જરાપણ ખુલ્લું ન રાખતાં ઢાંકેલું રાખવું.

વિષમ જ્વર અને એકાંતરીયા તાવો—એકલા બલુ પાણીથી સારા કરી શકાયછે, જોકે કેટલાક બીકટ દાખલાઓમાં જ્યારે તાપનું જોર વધારે હોય ત્યારે બલુ રોશનીનો ઉપયોગબી ફાયદાકારક છે. ઝેરી હવાવાળા તાવોનો ફેલાવો ઘણુકરી ચોમાસાંની આખેરીમાં થાયછે. આંતરડાઓ અને પાચન કરનારા અવયવો ઘણુંકરીને તાવો દેખાવ દે તે અગાઉ બગડી ગયલા હોયછે, અને તેટલામાટે પેહલી અગત્યની ચીજ એ કરવી કે રાતે ઉંઘના બે વખતો (જેમકે, પેહલી અને પાછલી રાત) વચ્ચે પીળા (રંગની બાટલીમાંના) ઠંડા પાણીમાંથી બે આંઉસ જેટલું હંમેશ લેવું, જેથી પેટ સાફ રેહશે.

ગરમી બાહાર ફુટી નીકળતી (eruptive) **તાવો.**—આ તાવો વેળા, શરીરમાંથી ખરાબ પદાર્થ બાહાર કહાડવાની કુદરતી ક્રીયા સામે કંઇપણ અટકાવ કરવાની કોશેશ કરવી નહી. પણ જો ધાસ્તીભર્યા ચીન્હો જણાય તો તે અટકાવવાની સંભાળ લેવી જોઇએ. સીતળા, ગોબરૂ અને સોજાવાળા તાવમાં જો ઘણી તરસ લાગે તો બલુ પાણીનો ઉપયોગ કરવો. જ્યારે સન્નિપાત શરૂ થાય, ત્યારે બલુ રોશનીનો ઉપયોગ ગુણકારી છે; બહાર નીકળતી ગરમી સામે અટકાવ કરવાનું કામ ઘણુ જોખમભર્યું તથા જરૂર મોત નીપજાવનારૂં છે.

થેાડુંકની વાતપર મારી વડી દીકરીપર સેાજાવાળી તાવે હુમલેા કીધેા. જોકે દરદની શરૂઆત ઘણી ધાસ્તીભરી રીતે થઇ, તેાપણ એકેક યા બબે કલાકે લીલી રેાશનીના ઉપયેાગે તે દરદને શરીરમાં વધુ પેવસ થવા ન દેતાં તેણીને જલદીથી સારી કીધી. હું તે વખતે તેણીની નજદીક નહી હતેા પણ મારાં કુટુંબના માણુસેા રંગનાં મૂળતત્વેા સમજતાં હેાવાથી, તેઓએ લીલી રેાશની તે ઉપર કામે લગાડી, જોકે તેઓમાંના કેાઇએથી તે દરદની પીછાન કીધી નહી હતી. તેઓએ એટલું જાણ્યું કે ગરમીનું પ્રમાણ વધી જવાથી નાસુર પડે એવેા દેખાવ આપતેા હતેા, અને જખમેાપર લીલેા રંગ ફાયદેા કરેછે તેની તેઓને ખબર હેાવાથી તેઓએ તે રંગનેા ઉપયેાગ કરી તેણીની જીંદગી બચાવી.

કફવાળા (phlegmatic) **તાવેા.**—જે સઘળા તાવેા શરીરમાં રાતેા રંગ ઘટી જવાથી થાય છે તેઓને હું આ નામ લાગુ પાડવા માંગુછું. એનું જોર ઘણુ કરીને રાતની વખતે વધારે હેાયછે, અને થેાડેથેાડે વખતે સફેદ પીશાબ પુષ્કળ થયા કરેછે. કેાઇ વેળા ઝાડાની કબજીઆત હેાયછે, અને કેાઇ પ્રસંગે ઝાડા થાયછે કે જે ઝાડાનેા રંગ જરા સફેદ હેાયછે. નારંગીયાં (રંગની બાટલીમાંના) પાણીથી એ તાવેા ઘણા જલદી મટી જાયછે. ત્રણ અથવા ચાર ભાગેા સારા કરવાને પુરતા છે. બાળકેા માટે માત્ર એક કે બે ભાગ પુરતા છે.

ખાંસીવાળા (Mucous) **તાવેા.**—સખત સલેખમ (Influenza), કુકડીઓ હાંસેા (Hooping Cough) અને દમ ગુંગલાવનારી ખાંસી (Croup) બલુ કે લીલી રેાશનીથી અને લીલી સાથે ગળી રંગની ભેળ (Indigo-green) રેાશનીથી સારી થાયછે. ઉધરસ અને દમ ગુંગલાવનારી ખાંસી, ફકત ગળીને રંગના પાણીથી મટી જાયછે. કાલેરા અને અતિસારના ઉપાયેાનેા ખુલાસેા વિગતવારે આગલા ભાગમાં કીધેલેા છે.

શરીરના બાંધાને અનુસાર (constitutional) **દરદેા.**

એ દરદેામાં સંધીવા, નજલેા અને ખઇ (ક્ષય) આવેછે. સંધીવાના

બે પ્રકાર છે—એકદમ થઇ આવતો (acute) ને લાંબા કાળનો અથવા જુનો (chronic). એકાએક થઇ આવતો સંધીવા બલુ રોશની અને બલુ પાણીથી સારો થાયછે. જુનો સંધીવા નારંગીયાં પાણી અને નારંગીયા રોશનીથી સારો થાયછે.

નજલા માટે નારંગીયાં પાણીની જરૂર છે, જ્યારે ખડીરોગ માટે ગળીને રંગનાં પાણીની તથા ફેફસાંપર રાતી રોશની પાડવાની જરૂર છે. જો રાતા રંગથી ગરમીનું જોર વધતું માલમ પડે તો ફેફસાંપર રોશની પાડતી વખતે બલું રંગનું કપડું વીટાલવું ઠીક પડશે.

જ્ઞાનતંતુઓનાં (નસોનાં) દરદો.

ભેજાંનો સોજો (inflammation of the brain).—એ દરદ માટે બલુ રોશની સાથી અસરકારક ઉપાય છે. એ દરદ બચાંઓને થાયછે. એની શરૂઆત તાવ અને બેચેનીથી થાયછે; ત્યારપછી બેશુધ્ધિ લાવી દરદીનું મરણ નીપજાવેછે. છેલી ઘડીએ પણ બલુ રોશનીનો ઉપેગ કીધાથી ધાસ્તીભરયાં મુખ્ય ચીન્હો જલદી દુર થઈ જઇ સેવટે દરદીને સારો કરશે.

માથે લોહી ચઢવું (Apoplexy)—આ ત્રાસદાયક દરદનાં સઘળાં લક્ષણો બલુ રોશનીથી સારાં થાયછે.

ફેફરૂ (Epilepsy) અથવા બેભાન થઇ પડી જવાનો મરજ.—આ દરદ પ્રથમ શરીરની લથડતી હાલત, કે જે પાછળથી ભેંજાપર અસર કરેછે, તેને લીધે જનમ પામેછે. નારંગીયું પાણી પીવામાં આપ્યાથી તે આખા શરીરમાં અસર કરેછે, અને માથાંપર બલુ અથવા લીલી રોશની પાડવાથી માથું અચપુચા હુમલાઓ ખમી શકે એવું મજબુત થાયછે. આ ઇલાજ, ખાંચ નાખ્યા વગર એક પખવાડયા સુધી, ચાલુ રાખવો, પછી તે દરમ્યાન ફેફરાંના હુમલાઓ થાય કે નહી.

બચ્ચાંઓને થતી તાણતોડ (infantile convulsions).—મહોંડા અને માથાંપર બલુ રોશની પાડવાથી દરદીને આરામ થાયછે.

હુડખી ઠાંસેા (Child crowing).—ઉપલેાજ ઇલાજ કરવેા.

માથાંનેા દુઃખારેા.—બલુ અથવા લીલી રેાશની સૌથી અકસીર ઈલાજ છે. ઠંડી અથવા ગરમીથી થતેા માથાંનેા દુઃખારેા, અથવા આખાં કે અરધાં માથાંનેા દુઃખારેા એ સર્વે બલુ અથવા લીલી રેાશનીથી સારૂં કરી શકાયછે. એ ઉપરાંત માથાંના ધેાકાં અથવા શૂળનાં (neuralgic) દરદેા આ રેાશનીથી ઘણાં જલદીથી સારાં થઇ શકેછે. આ રંગ ભેજાંના તંતુઓને એટલેા તેા માફક આવેછે કે આ (રંગની) રેાશની તરફ ફકત જેાવાથી પણ ઘણેા કરાર વળેછે. જેઓને કંટાળા ભર્યું ભેજાંનું કામ કરવું પડતું હેાય તેઓને બલુ અથવા લીલી રેાશનીમાં એક કલાક રાખવાથી પાછેા આરામ થાયછે, અને ભેજું એટલું તેા શાંત બની જાયછે તથા બરાબર હાલતમાં આવેછે કે તેથી તેને ઉંઘ આવેછે. ઉદાસી માણસેાએ આ બલુ રેાશનીથી ઘણેા ફાયદેા મેલવ્યેાછે. ભેજાંને કઉવત મલેછે અને તેમાં આશાવાન વિચારેા ઉત્પન્ન થાયછે. ભેજાંની ખાલી ચંચળતા અથવા ચાલુ ગતી અટકાવેછે.

શ્વાસની નળીઓનાં દરદેા.

માથાંમાંની સરદી.—લીલું પાણી અને લીલી રેાશની માથાંમાંની સરદીની ખરાબ અસરેા દુર કરેછે. આ ઇલાજથી જુનાં દરદેા ઘણી સેહલાઇથી હું સારા કરૂંછું.

સ્વરભંગ અથવા ઘાંટું પડવું.—બલુ પાણીથી સારૂં થાયછે. ગળીને રંગનું પાણી વધારે અકસીર ઉપાય છે. પણ આ દરદ ગળામાં થતું હેાવાથી, નાના જથામાં, યાને અરધા તેાલા જેટલેા, એક ભાગ લેવેા; પણ ગળામાંની ગરમી એાછી કરવા માટે એ ભાગેા વારંવાર યાને અરધે અરધે કલાકે લેવા. ચેાવીસ કલાક માટે એવા છ ભાગેા તદન પુરતા છે; બને તેા ત્રણ ભાગેા સહવારે અને ત્રણ ભાગેા બપેાર પછી ચાલુ લેવામાં આવે તેા વધારે સારૂ.

'લારીનજીતીસ' (Laryngitis) અથવા ગળાનેા સેાજેા.—ઉપલેાજ

ઉપાય કામે લગાડવો એટલે અરધે અરધે કલાકે અરધો તોલો બલુ પાણી આપવું. જ્યાંસુધી દરદીને આરામ થાય ત્યાંસુધી એ પાણી ચાલુ રાખવું, અને જ્યારે તેને કરાર થયલો લાગે ત્યારે વધુ ભાગો આપવાની જરૂર નથી; શરીરમાં દાખલ થઈ ચુકેલું પાણી દરદને તદન મટાડી નાખશે.

શ્વાસની નળીઓના સોજા સાથનો ઠાંસો (Bronchitis)—એકાએક અને સખત થતું (acute) આ દરદ ગળીને રંગની બાટલીનાં પાણીથી સેહેલાઈથી સારૂં થાયછે. પણ જુનો (chronic) યાને લાંબા કાળનો એ ઠાંસો નારંગીયાં પાણીથી સારો થાયછે. ઘણા વખતનું આ દરદ બીમારની લઠડતી દેહની નીશાની છે, અને તેમને દુર કરવા માટે કેટલાક મહીના સુધી ચાલુ ઉપાય કરવો જોઈએ. સઘળા જુના રોગોનો ધીમેધીમે ઉપાય કરવો સૌથી વધારે ફાયદાકારક છે. આસરે એક અઠવાડીયા સુધી દરદીને કંઇ ફેર પડેલો લાગતો નથી, પણ જેવું નારંગી રંગની અસરવાલું પાણી પેટ અને આતરડાંને બરાબર સ્થિતિમાં મેલેછે તેવેજ દરદમાં ધીમેધીમે ઘટાડો થવા માંડેછે.

ઠાંસો.—આ દરદના ઘણા પ્રકારો છે. એ તેજ દરદ છે કે જે સરકમ થયો કે તેની સાથેજ થાય છે. અને એ તેજ દરદ છે કે જે બહીના આદમીઓને હેરાન કરેછે. પણ હું એના બે ભાગ કરીશ—એક સુકો ઠાંસો અને બીજો બલગમ સાથનો ઠાંસો.

સુકો ઠાંસો—હરેક જાતના એવા ઠાંસાને હું કહુંછું કે જેમાં બલગમ પડતાં ઘણો વખત લાગતો હોય એટલે કે બલગમ કહાડી નાખવા ઠાંસવાની ઘણીજ મેહનત પડતી હોય. **બલગમ સાથનો ઠાંસો**—હરેક જાતના એવા ઠાંસાને હું કહુંછું કે જેમાં સેજસાજ ઠાંસવાથી અને સેહલાઈથી બલગમના ગભા કહાડી નાખી શકાતા હોય.

શ્વાસની નળી અને ગળાંને સુજવી નાખે એવો સુકો ઠાંસો.—ગળીના રંગની અથવા ઘેરા બલુ રંગની બાટલીનાં પાણીથી આ દરદને

ઘણું જલદી સારૂં કરી શકાયછે. આ પાણી બલગમને ભીંજવીને પાતળો કરેછે, જેથી થેાડી મેહનતે તે જલદી કહાડી નાખી શકાયછે અને દરદીને આરામ થાયછે.

આ જાતના ઠાંસાના કેટલાક પ્રકારેામાં બલગમ ઘણેાજ ચીકણેા, તારવાળેા, અને કહાડવાને ઘણેા મુશકેલ હેાયછે; તેવા પ્રકારેામાં નારંગીયા (રંગની બાટલીનાં) પાણીની જરૂર હેાયછે.

બલગમ સાથનેા ઠાંસેા—આ જાતનેા ઠાંસેા નારંગીયાં પાણીથી સારેા થાયછે, જે ફેફસાંઓનેબી તંદુરસ્ત હાલતમાં પાછાં લાવેછે. નવેા બલગમ થતેા એ પાણી અટકાવે છે, અને શરીરમાં પેદા થયલેા બલગમ કહાડી નાખેછે. ધીરજથી એના ઉપાય કરવા જરૂરના છે. એ દરદ સારૂં કરવા સહવારના એક ભાગ અને સાંજનાં એક ભાગ એમ દીવસમાં બે ભાગ એક પખવાડીઆ સુધી આપવા પુરતા છે.

હાંફણ (દમ)—દરદીને દમ લેતાં મુશકેલી નડેછે અને છાતીમાં મેાટાં ખેંચાણ કે દબાણ જેવું લાગેછે. ઘણીજ હેરાનગતી આપનાર એ દરદ છે અને એના સખત રૂપમાં દરદી એ દરદ કરતાં મેાત વધારે સારૂં ગણેછે. પેાહળી ઉંડી છાતીવાળાં માણસેાને સાધારણે એ દરદ થતું નથી. પાહડ ઉપર રહેનારાં માણસેામાં એ જવલેજ થાયછે. પણ સપાટ મેદાન દેશેા કે જ્યાં ભીની હવા હેાયછે ત્યાં એ દરદનું ઘર હેાયછે. ઘણાક દાખલાઓમાં પેહલે પાચન કરનારા ભાગેા બગડેછે અને આખું શરીર, તંદરેાસ્તી દેખાડનાર જોર અને કૈાવતની નીશાનીઓ ખેાહતું જાયછે, અને પછી શરીરમાં બલગમ વધેછે અને ગરમી એાછી થાયછે. ઠંડીથી ફેફસામાં કફ સુકાઇ જાયછે, અને ખુદરતી રીતે તે કફ ખીસાડવાને ઉપર ઉપર શ્વાશ ચાલેછે. આ દરદનેા હુમલેા ઘણું કરીને દરદીને સહવારના પેાહરમાં થાયછે. એવા બનાવેામાં નારંગી રંગની બાટલીનું પાણી સઉથી સારી દવા થઇ પડેછે. એ દરદના હુમલા વખતે, એક તેાલા જેટલાં એ પાણીનેા ભાગ દર દસ મીનીટે એક કલાક સુધી ચાલુ રાખવેા. એટલા વખતમાં

દરદીને ઘણું કરીને આરામ થવો જોઇએ. જો એટલા વખતમાં આરામ નહી થાય તો પછી ૩ થી ૪ કલાક સુધી વધુ ભાગ આપવા નહી, અને જેટલું પાણી આપેલુંછે તેટલુંજ એટલા વખતમાં ખુદરતી રીતે શરીરને મદદ કરી આરામ આપશે. જો જરૂર પડે તો ૩ થી ૪ કલાક પછી ઉપરની માફકજ ભાગો ફરી આપવા.

જ્યારે દરદના જોરનો હુમલો નહી હોય ત્યારે એક આઉંસ જેટલું નારંગીયા પાણી ખાધા પછી આપવું ગુણકારક થઈ પડે છે. તે કૌવત આપનાર દવા તરીકે કામ કરેછે અને ખોરાકને બરાબર જેરવી શકેછે.

મેં જોયુંછે કે કેટલાક લોકોને ઘેરા બલુ અથવા ગળીના રંગની બાટલીના પાણીથી આરામ થાયછે પણ તે હંમેશાં દરદ તરતનું લાગુ પડેલું હોય અને લાંબા વખતનું નહી હોય તોજ થાયછે. એવાં માણસોનાં શરીરમાં લાલ રંગનું પ્રમાણ ઘણું હોયછે અને તેઓ ઠંડીમાં ઘણા ફરહર કરનારા હોયછે.

'ન્યુમોનીયાં'—આ દરદને કેમ સારૂં કરવું તે બીના હું આગલ જણાવી ગયોછું.

મોંહડાં, ગળાં, વગેરેનાં દરદો.

મોહડાંનું પાકવું (Aptha-Thrush)-ઘણું કરીને નાનાં બચ્ચાંઓને જીભ, હોઠ, ગાલ, દાંતના પારા, અને મોંહડાંની અંદરના ભાગ ઊપર નાનાં સફેદ ચાંદાં પડેછે. કોઇક વખતે આ દરદ પેટ અને હોજરી સુધી અંદર ઉતરેછે, અને ત્યારે તે જોખમભરેલું થઇ પડેછે. ગરમી વધવાથી એ થાયછે અને એમાં તાપ સાથે બેચેની લાગેછે. એનો સાદો ઇલાજ એ છે કે દર અડધા કલાકે અડધો તોલો યા તેથીબી ઓછું બલુ બાટલીનું પાણી ત્રણથી ચાર કલાક સુધી આપ્યા કરવું. અને પછી કેટલાએક કલાકો સુધી ખુદરતને તેનું કામ કરવા દેવું. જો દરદ સારૂં નહી થયું હોય તો ૨૪ કલાક પછી પાછું ઉપર લખ્યા પ્રમાણે કરવું.

દાંતનો દુખારો--પારા સુજી આવીને અથવા સુજવા વગર આ

દુ:ખ થાયછે. પેહલી જાતના દુ:ખારામાં બલુ બાટલીના પાણીના કોગળા કરવાથી અથવા મોંહડામાં તે પાણી રાખી દુખતા ભાગ તરફ ફેરવ્યા કીધાથી જરૂર એ દરદ નરમ પડશે. એ રીતે ૫, ૬ કે ૭ વખત ફરીફરીથી કર્યા કરવું.

જો પારા સુજી આવેલા નહી હોય તો નારંગી બાટલીનું પાણી સારૂં કરશે. એનેબી ઉપર લખ્યા પ્રમાણેજ વાપરવું.

જો કોહેલા દાંતથી દુખ થતું હોય તો દાકતર પાસે દાંત કહડાવી નખાવવો ઠીક છે.

અવાળુનું પાકવું (પારાનું સુજીને પાકવું.)—કોહેલા દાંતને ઠંડી લાગવાથી આ દરદ થાયછે. બલુ બાટલીનું પાણી મોંહડામાં લઇ થોડા વખત અંદર રાખી મુકવું, અને એમ ઘડીઘડી કરયાથી એ મટી જાયછે. એથી ગરમી ઓછી થશે અને ગુમડું બેસી જશે.

દાંત આવવા (ફુટવા)—નાનાં બચ્ચાંઓને એથી ઘણું ખમવું પડેછે, અને નબળાં બાંધાના બાળકો તો એમાંથી બચી શકતાં નથી. એમાં ગરમી પેદા થાયછે. તે પેટની ઉપર કોઈ વખત અસર કરેછે તો ઝાડા થાયછે. કોઇ વખતે આંખની ઉપર અસર કરેછે તો છોકરૂં ઘણુંજ હેરાન થઇ પડેછે; તેનીથી આંખ ઉઘાડી શકાતી નથી અને આંખમાં જીણા દાણા જેવા કણો બંધાયછે. આ દરદ સારૂં કરવાને સુતરો ઈલાજ બલુ રોશની છે. જ્યાંસુધી ગરમી નરમ પડે ત્યાંસુધી દરરોજ તે બાળકને કેટલાક કલાકો સુધી બલુ રોશનીમાં રાખવું. આટલી વયે બાળકોને સાધારણે પાણી આપવામાં આવતું નથી, કારણકે જ્યારે ફકત રોશનીથી સારૂં થઇ શકે ત્યારે બચ્ચાંનાં ગળામાં જબરાંથી પાણી ઉતારવું કાંઇ કામનું નથી. ઘણાં બચ્ચાંઓ આ દરદથી મરી જાયછે. આ સુતરો ઇલાજ જો માબાપો ઉપયોગમાં લે તો ઘણું સારૂં થાય.

ગળાંનું સુજી આવવું—ઠંડીથી અથવા થંડીમાં રેહવાથી આ

દરદ થાયછે. ગળવામાં મુશકેલી નડવાથી એની નીશાની જણાયછે. ઘણી વેળા ગળું લાલ થઇ સુજી આવેલું હોયછે. કોઇક વેળા જ્યારે સોજો એકદમ વધી જાયછે ત્યારે એ દરદ ભયભરેલું થઇ પડેછે.

ત્રણ ત્રણ કલાકે બલુ પાણીના કોગળા કરયા કીધાથી એ દરદ સેહલાઇથી સારૂં થાયછે. એ રીતે આ રોગ ૨૪ કલાકમાં અથવા ઘણુ તો ૪૮ કલાકમાં મટાડી શકાયછે. લાંબા વખતનાં થયલાં એવાં દરદો હું ૪ થી ૫ દીવસમાં મટાડી શકયોછું.

આ પ્રમાણે જોતાં ગળાંના દરદો માટે બલુ બાટલીનું પાણી સામટી રીતે લેતાં સારૂં છે. તેની અસર ચમતકારીક થાયછે. સાધારણે ગળાંનાં દરદો ગરમીના જમાવ થવાથી થાયછે કે જેને માટે બલુ પાણી અકસીર ઇલાજ છે.

પાચન કરનાર અવયવોના રોગો.

ભુખ અને તરસ, મનુષ્યજાતનાં શરીરમાં, ચોકસ ચીજોની ખુટ દેખાડેછે. જ્યારે તેઓ સાધારણ પ્રકારની હોય ત્યારે તંદરોસ્તીની તે નીશાની છે. પણ કોઇક વેળા જોઇએ તે કરતાં તેઓ ઓછી થઇ જાયછે કે વધી જાયછે, અને ત્યારે તે નાદરૂસ્તીની નીશાની ગણાયછે.

કોઇ વખત ભુખ એટલી વધી જાયછે કે ગમે એટલું ખાવા છતાં દરદી ધરાતોજ નથી. એનાં પરીણામમાં ઝાડા શરૂ થાયછે. કોઇક વેળા ભુખ એટલી ઓછી થઇ જાયછે કે ઘણા થોડા ખોરાકથી ભુખ મટી પેટ ધરાઇ જાયછે. કોઇક વેળા તો ફકત ખોરાક જોઇનેજ ઉબક આવેછે.

એજ પ્રમાણે તરસનુંબી થાયછે. કોઇક વેળા ગલાસ ઉપર ગલાસ ભરી પાણી પીવામાં આવે તોપણ સંતોશ થતો નથી. અને કોઇ વેળા તરસ એટલી ઘટી ગયલી હોયછે કે દરદીને મુદલ તરસ લાગતી નથી.

હવે એટલું યાદ રાખવું કે શરીરમાં લાલ રંગના વધારાથી ભુખ અને તરસ બંન્ને વધેછે, અને બલુ રંગના વધવાથી તેઓ બંન્ને ઘટેછે.

અને તેથી આ રીતને અનુસરીને દરેક દાખલામાં જેની જરૂરીયાત હોય તે ફરમાવવું જોઇએછે.

અપચો અથવા બદહજમી—જીંદગી ચાલુ રાખવા માટે પાચનશકતી જરૂરની છે. આ શકતી બચ્ચાંઓમાં ઘણી જોરાવર હોયછે, અને બુઢાં માણુસોમાં ઘણી નબળી હોયછે. મોતનો વખત નજદીક હોય ત્યારે આ શકતી ખલાસ થઇ ગયલી હોયછે; અને બુઢાપામાં ધીરેધીરે આ શકતી જે રીતે ઓછી થતી જાય તે ઉપરથી માણુસનો છેડો કયારે આવશે તેનો અડસટો કરી શકાયછે. આ દેશમાં સાધારણે કોઇબી માણુસની ૪૫ વરસની ઉમર પછી ભુખ ઘટવા માંડેછે. અને ઘટતા ઉપાયો જો નહી લીધા હોય તો તે માણુસનું ૬૦ કે ૬૫ વરસની ઉમરે મોત આવે ત્યાંલગી તે ધીરેધીરે ઘટતીજ જશે. અલબતાં આ દેશમાંબી કેટલાંક માણુસો એવાં આવેછે કે જેઓની પાચનશકતી ૬૦ વરસની ઉમરેબી જેવી ને તેવીજ રહેછે. આવાં માણુસો ૮૦ થી ૯૦ વરસો સુધી જીવેછે.

બદહજમીનાં બે કારણો હોયછે, એક લાલ રંગનું વધવું અને બીજું બલુ રંગનું વધવું. જે માણુસો લાલ રંગના વધવાથી આ દુખ ખમેછે, તેઓ ઘણુ કરીને પતળા અને લેવાઇ ગયલા હોયછે, જ્યારે બલુ રંગના વધવાથી જેઓને એ દુખ થાયછે તેઓ ઘણું કરીને માતેલા હોયછે.

ગળીના રંગની બાટલીનું પાણી વાપરવાથી લાલ રંગના વધારાને ઓછો કરી શકાય છે. આ પાણી પીવામાં લીધાથી હોજરાંમાં અગન બળતી હોય તે નરમ પડેછે અને બરાબર ખોરાક જરેછે. પણ આ દરદ જો ઘણા વખતનું થયલું હોય તો તેની ઉપર ઇલાજો ધીરેધીરે લેવા. એક આઉંસ જેટલું ગળીના રંગનું પાણી દીવસમાં બે વાર લેવું પુરતું છે. એ ઇલાજ લાગટ એકથી બે મહીના સુધી ચાલુ રાખવાથી એ દરદ જડમુળથી ઉખડી જશે.

શરીર માતેલું હોય તે બલુ રંગનો વધારો થયલો દેખાડેછે. ઘણું બેસી રહેવાથી અને કોઇ જાતની કસરત નહી લેવાથી આ ઘણું કરીને

થાયછે. આ રોગને નારંગીયા રંગનું પાણી મટાડેછે. અલબતાં આમાં પણ ઇલાજો ધીરેધીરે લેવા જોઇએ. એકુ અઠવાડીઆના અરસામાં, શરીરમાં લોહીના વધવાથી થોડો સુધારો દેખાઇ આવશે.

બદહજમી લાલ કે બલુ રંગના વધવાથી થઇ હોય તે બંન્ને પ્રકારમાં ભુખે પેટે પાણી પીવામાં લેવું; કારણકે ત્યારે તેની અસર વધારે થાયછે અને જલદી સારૂં થાય છે. ખોરાક ગળી જવા પેહલાં સારી રીતે ચાવવો, જેટલું ઓછું પાણી પીને રહેવાતુ હોય તેટલુંજ પીવું, વગેરે, સાવચેતીના ઉપાયો પણ નીયમીત લેવા જોઇએ. ચાલવામાં ધીરી ચાલ રાખવી, કારણકે તેથીબી હોજરીને ફાયદો થાયછે. હલકો અને જલદી પચી શકે એવો ખોરાક ખાવો.

શીયાળામાં તથા ચોમાસામાં ઉનાળા કરતાં વધુ ગરમી ખમી શકાતી હોવાથી, ખાણું ખાધા પછી નારંગીયા રંગનું પાણી લેવું ફાયદાકારક છે. એ રીતે શીયાળામાં, એક આઉંસ જેટલા ચાર ભાગ વગર હરકતે લઈ શકાયછે.

છાતીમાં દાહ બળવી (અંતર દાહ)—બદહજમીની કેટલીક નીશાનીઓમાંની એક આ નીશાની છે. બલગમી પ્રકૃતીના આદમીઓમાં એ સાધારણે માલમ પડેછે. અને નારંગી રંગની બાટલીના એક આઉંસ જેટલો પાણીનો ભાગ એને સારૂં કરી શકેછે. એથી દાહે બળતી અટકશે અને પાચન ક્રીયા બરાબર ચાલુ થશે.

પેટમાં અગન બળવા સાથે ખાટા-કડવા ઓડકાર આવવા (Water brash)—બદહજમીની આ પણ એક નીશાની છે. ઉપર લખ્યા પ્રમાણે કરવાથી એ મટી જાયછે.

ઓડકાર (અટકાર)—પેટમાંનો પવન કોઇ વેળા મોહડાને રસ્તે બહાર નીકળવાની તજવીજ કરેછે. ખાધા પછી તરત એમ થાય તો તે સારી નીશાની છે, પણ જરપત થતી વખતે પાછળથી એ થાય તો તે દેખાડેછે કે હોજરીમાં જે ખોરાક ગયો છે તેને તે જેરવી શકતું

નથી. નારંગીયા રંગનાં પાણીનો એક ભાગ લીધાથી એ મટી જાયછે. ભુખ લાગતી નહી હોય અને ખાલી પેટે જો ઓડકાર આવતા હોય તો, દર ત્રણ કલાકે એક આઉંસ જેટલું નારંગીયા અથવા કોઇ વેળા બલુ પાણી લીધાથી સારૂં થાયછે. ત્રણ ભાગ એ પ્રમાણે લીધાથી આરામ થવા વગર રેહતો નથી.

ઓકારી (ઉલટી આવવા થતો ઉછાળો)—બલુ બાટલીના પાણીથી એ સારૂ થાયછે, કારણકે ઘણુકરીને એ બંધે પેટના ઉપલા ભાગમાં લાલ રંગના વધવાથી થાયછે.

હમેલવાલી બાયડીના બાબમાં ઘણુંકરીને એ સહવારમાં થાયછે, અને જ્યારે ગર્ભમાં જીવ આવવાનો વખત થાયછે ત્યારે બંધ પડી જાયછે. બલુ રંગનાં પાણીથી આરામ થાયછે.

પેટમાં થતો દુખારો—બદહજમીવાલાં આદમીઓને વારેવાર પેટમાં દુખારો થાયછે. પેટમાંનો પવન બહાર કાઢી નાખી નહી શકાયાથી પેટમાંજ રહી જાયછે અને તેથી દુખારો થાયછે. આ પવનનું દરદ નારંગી રંગની બાટલીનાં પાણીથી ઘણુંકરીને સારૂં થાયછે. બદહજમીને લીધેજ દરદ થતું હોય તો આગલ જણાવવામાં આવ્યા પ્રમાણે ઘેરા બલુ રંગની બાટલીનું પાણી ધીમે ધીમે થોડો વખત આપવાથી મટી જાયછે. કોઇક વખત એવું બનેછે કે ખાવાનું લીધા પછી ત્રણેક કલાકે પવનથી પેટ ચહડી આવેછે અને બેચેનીની લાગણી પેદા થાયછે. એ પણ નારંગી રંગની બાટલીનું પાણી લેવાથી સારૂં થાયછે. પણ એ તરબીયત એકુ પખવાડીઆં સુધી ચાલુ રાખવી જોઇએ.

પિત્ત વીકાર—પિત્ત વીકાર બલુ બાટલીનાં પાણીથી સારો થાયછે. એના ત્રણ ભાગ દર બે કલાકે લીધા હોય તો આરામ થાયછે.

કમલો—આંખના ડોલા પીળા થવાથી, ચામડી પીળી થવાથી અને પીળું દેખાવાથી કમલો થયલો માલમ પડેછે. કમલો થયલાં માણુસની સામે દરેક ચીજ પીળી દેખાયછે. બલુ બાટલીનું પાણી એ

દરદને ઘણું જલદી સફા કરી નાંખેછે. એ રોગ વધતો ઓછો હોય તે પ્રમાણે પાણીના ભાગો લેવા જોઇએ છે.

સંગ્રહણી (અતેસાર)—આ રોગ બલુ બાટલીના પાણીથી અટકાવી શકાયછે.

પેટની કબજીઆત—જ્યારે કલેજું મંદ થાયછે અને બરાબર કામ કરતું નથી ત્યારે આ રોગ થાયછે. ઘણુ બેસી રહેવાથીબી એ થાયછે. નારંગી રંગની બાટલીનું પાણી સહવારે અને સાંજે લેવાથી એ સારૂં થાયછે.

પેટમાં ચુંક અથવા શુળ મારવી—બલુ બાટલીનું પાણી આવી ચુંક અથવા આંકડીનો અકસીર ઊપાય છે. દર દશ મીનીટે એક આઉંસ જેટલું એ પાણી લીધુ હોય તો આશરે એક કલાકમાં તે નરમ પડી જાયછે. ત્રણ ભાગ આપવા, અને પછી ખુદરતને પોતાનું કામ કરવા દીધાથી તે સારૂં થશે.

મસા—મસા બે જાતના થાયછે, તેમાંની એક જાત, સફરાની અંદર અને બહાર નહી દેખાય તેવી છે, અને બીજી જાત દુજતા અથવા ઝરતા મસાની છે. આ દરદ બેસી રહેવાની ટેવથી, ચાલુ કબજીઆત-પણાથી, ગર્ભવંતી હાલતથી, ઘોડાપર ઘણી સ્વારી કીધાથી, કેફી પીણાનો ઘણો ઉપયોગ કરયાથી, ઘણો મસાલેદાર ખોરાક ખાધાથી અને એવા બીજાં કારણોથી થાયછે.

સફરાની અંદર થયલા મસા નારંગી રંગની બાટલીનાં પાણીથી સારા થાયછે. આ પાણીથી કબજીઆત તુટેછે, અને તેથી રોગનું જોર નરમ પડી જાયછે. બહારથી બલુ બાટલીનું પાણી લગાડવુંબી ફાયદાકારક છે. મસાનો સોજો તે દુર કરેછે અને તેથી દરદીને આરામ લાગેછે.

ઝરતા મસાઓનો ઇલાજ મેં આજસુધી કરયો નથી, પણ હું એમ માનુંછું કે બલુ બાટલીનું પાણી તેઓની ઉપર લગાડવાથી ઘણુંકરીને આરામ થશે. નારંગી રંગની બાટલીનું પાણી પીવાની એમાં હું

ભલામણુ કરી શકતેા નથી, કારણુકે તેથી કદાચ મસામાંથી વધુ લેાહી નીકળે.

આંતરડાંનેા સેાજો—આ ઘણું ભયભરેલું દરદ છે. પણ એને બલુ બાટલીના પાણીથી સેહલાઇથી સારૂ કરી શકાયછે. પાણીના ભાગેા દરદનાં જોર પ્રમાણે આપવા.

પીશાબની ઇંદ્રીનાં દરદેા.

ગુરદાનું સુજી આવવું—સરદીથી, કાંકરી થવાથી, કે કાંઇ વાગવાથી એ દરદ થાયછે. જો સરદીથી યા વાગવાથી એ થયું હેાય તેા દરદવાળા ભાગ ઊપર બલુ રેાશની નાખ્યાથી સારૂં થશે. પણ જો કાંકરી થવાથી થયું હેાય તેા, નારંગી રંગની રેાશની નાખવાથી સેાજો દુર થશે તેમજ ગુરદામાંથી કાંકરીબી કાઢી નાખશે. ગુરદામાં થતાં દરદનેા એક બનાવ મારે હાથે ઘણેા ચમતકારીક રીતે સારેા થયેા હતેા. સાતેક વરસ સુધી આવાં દરદથી એક માણુસ અવારનવાર પીડાતેા હતેા. તેને એ દરદ દર મહીને ઊભરી આવતું હતું તથા તેની તંદરેાસ્તી સામટી રીતે લેતાં સારી નહી હતી. મેં તેને નારંગી રંગની રેાશની ગુરદાવાળા ભાગ ઉપર નાખવાની તથા નારંગી રંગની બાટલીનું પાણી દવા તરીકે પીવાની સલાહ આપી. ત્રીજે દીવસે પીશાબ કરતાં કાંકરીનેા એક જથેા પીશાબની સાથે નીકળી પડયેા, અને ત્યારપછી તેના ગુરદાનેા દુખારેા જાથુકનેા જતેા રહયેા. એ રેાગથી પીડાંતાં બીજા માણુસેાને પણ મેં ફતેહમંદીથી સારાં કીધાં છે, પણ તેઓનુ દરદ એટલા લાંબા વખતનું નહી હતું.

પીશાબ કરતાં પડતી મુશકેલી—બલુ બાટલીનું પાણી વાપરવાથી એ દુર થઇ શકેછે. પીશાબના રસ્તામાં અથવા તે રસ્તાની બારીક ચામડી ઉપર સેાજા જેવું થયલું હેાય તેને એ પાણી સારૂં કરેછે. આ બલુ પાણી, મેાટા જથ્થામાં પીશાબ પેદા કરવામાં મદદ કરેછે અને તેથી પીશાબ કરતાં પડતી મુશકેલી દુર થાયછે.

ઉંઘમાં થતી પીશાબ—નાની વયનાં છોકરાંઓમાં એ રોગ સાધારણે થાયછે. પીશાબની કોથળીનું મોહડું બરાબર સંકોચાવાની શકતીમાં નબળું હોય તો એમ થાયછે. એ દરદથી ધભરાવાનું કાંઇ કારણ નથી. રાતે છોકરાંઓને બને તેટલું ઓછું પીવાનું આપવાની સાવચેતી લીધાથી એ પોતાની મેળે નરમ પડી જાયછે, પણ જો મોટાં માણસોને એમ થતું હોય તો તે જલદી નરમ પડતું નથી. જાંબુડા અથવા લીલા રંગની રોશની પીશાબની કોથળીવાળા ભાગ ઉપર નાખ્યાથી એ નબળાઇ દુર થશે અને મોહડું ઉઘડવા તથા સંકોચાવાની શકતી પાછી આવશે, અને તેથી પોતાની મેળે થઇ જતી પીશાબ બંધ થશે.

આંખ, કાન, વગેરેનાં દરદો.

આંખનું સુજી આવવું—પાચન કરનારી ઇંદ્રીઓમાં થતાં દરદોને લીધે, અથવા સરદી લાગવાથી, અથવા કાંઇ વાગવાથી એ દરદ થાયછે. પાચન કરનારી ઇંદ્રીઓને લીધે એ થયું હોય તો, હલકો ઠંડક આપનાર ખોરાક લેવો અને ગરમી આપનાર ચીજોથી પહરેજ રેહવું. બલુ રંગના ચશમા પેહરવાથી સોજો નરમ પડશે. જો બલુ રોશની આખાં મોહડાં-પર નાખી હોય તો વધારે સારૂં. આંખના પોપચાંના અંદરનાં ભાગ ઉપર જીણા દાણા જેવી ફુલીઓ થાયછે. તેની ઉપર એ અચુક ઇલાજ છે એમ મને મારા પોતાના અનુભવ ઉપરથી માલમ પડયુંછે. ત્રણ વરસ સુધી એ દરદથી હું હેરાન થતો હતો. ડાકટર લારીની મેં દવા કીધી અને તેણે નસતર પણ મારી જોયું; પણ તેથી સારૂં થયું નહી. ત્યારપછી મે બલુ (આસમાની બલુ કે જેમાં લાલનો સેજબી અંશ હોતો નથી) રંગનો ચશમો દરરોજ દીવસમાં બેથી ત્રણ કલાક સુધી પેહરી રાખવાનો ચાલુ રાખ્યો અને મોહડાં તથા આંખના પોપચાંઓ ઉપર બલુ રોશની નાખ્યા કીધી. બે મહીનામાં મારી આંખની અંદરની ગુમડીઓ જતી રહી અને પુરો આરામ થયો. જેબી માણસને એ દરદ થાય તેને માટે જરૂરનું છે કે સહવારના પોહરમાં તેણે ફરવા જવું, અને પાચન

કરનારા ભાગેાને સારી હાલતમાં રાખવાની સંભાળ લેવી. એક દરદીને આંખના પારદર્શક પડદામાં (cornea) ઘણા વખતનું નાસુર પડેલું હતું, તેને મેં બલુ રંગના ચાર કાચનેા ચશમેા (બે કાચેા આંખની સામેના અને બે કાચેા બાજુના) વાપરવા આપ્યાથી તે સારેા થયેા હતેા. તેણે જાતજાતની દવાએા કીધી હતી, પણ તે કશાંથી સારૂં થયું નહી હતું.

આંખ આવેલી હેાય, યા લાલ લેાહીના રંગના ડેાળા થયલા હેાય, કે આંજણી થઇ હેાય તેની ઉપર બલુ રેાશની અકસીર છે.

કાનનેા દુખારેા—કાનમાં ગુમડી થવાને લીધે સુજી આવવાથી અથવા તેા ઠંડી વાગવાથી સુજી આવવાથી એ દુખારેા થાયછે. કોઇપણ કારણથી સેાજો થયેા હેાય તેને બલુ રેાશની મટાડેછે. બલુ પાણી પીચકારીથી કાનમાં મારયું હેાય તેા અંદર થયલી ગુમડી જતી રહેછે. કાનમાંથી રસી નીકળતી હેાય તેનેબી બલુ પાણી બંધ કરેછે. પણ એટલી સંભાળ લેવી કે ધીમેધીમે તે બંધ થાય. કારણકે એકાએક ફેરફાર થવાથી કાનની નસેા સુન મારી જાયછે અને તેથી બેહરપણ આવેછે.

સાંભળવામાં થતેા બગાડેા—સાંભળવાના બગાડા સાથે ઘણુંકરીને કાનમાં વીલક્ષણ અવાજો સંભળાયછે. માથાંમાં ગરમીના વધારાથી એવું બનેછે. પેટ ખુલ્લુ રાખવાથી અને પગ ગરમ રાખવાથી એ મટી જાયછે. જો પગ ઠંડા દેખાય તેા દરરેાજ સુતા અગાઉ દશેક મીનીટ સુધી ગરમ પાણીમાં બેાળી રાખવા. માથાંની ઉપર બલુ રેાશની નાખવાથી ગરમી એાછી થશે અને તેથી એ દરદ સારૂ થવાની આશા રહેછે.

ચામડીનાં દરદેા.

ગુમડાં, ગડ— જો ગુમડાં ફુટીને ઝરતાં હેાય તેા લીલી રેાશની નાખવાથી જલદી સારાં થાયછે. મારેા એક શીષ્ય એવેા એક દાખલેા મારી જાણમાં લાવ્યેા હતેા. એક તેહસીલદારને ગુમડું થયલુ હતું અને તેણે તે ઉપર લીલી રેાશની નાખવાથી ૩૩ મીનીટમાં સારૂ થયલું જણાયું. જો સાધારણ એલેાપેથીક દવા કીધી હતે તેા તેને સારૂં કરતાં ચારેક દીવસ

થાત. મેં પોતે અનુભવ ઉપરથી જોયું છે કે લીલી રોશની પેહલાં ગુમડાના ઘામાંથી બધી ખરાબ રસી ખેંચી કહાડેછે, અને ત્યારપછી તે ઘાની ઉપર નવી ચામડી ઊપજાવી તે ઘા રૂજવી નાખેછે.

થોડાક વખતની વાત ઊપર એક બાયડી મારી સારવાર તળે આવી હતી, કે જેની જમણી બાજુના ગુરદાની આગલ એક મોટું ગડ થયલું હતું. પેહલાં તો મને તે જોખમભરેલું લાગ્યું; પણ ત્રણ દીવસ સુધી બલુ બાટલીનાં પાણીમાં વારંવાર ભીજવેલી કપડાંની ગાદી તે ભાગ ઉપર બાંધી રાખવાથી તે ગડ ઘણું સંકોચાઇને નાનું થઇ ગયું. સંકોચાવાને લીધે તે ગુમડું ફુટયું અને આશરે સેર દોહડેક જેટલું પરૂ નીકળી ગયું. ઊપર જણાવેલી ભીજવેલી ગાદી બાંધવી ચાલુ રાખ્યાથી એકુ અઠવાડીઆમાં તે ગુમડાંને રૂજ આવી ગયો. એક બીજા માણસનો જાંગનો આખો થાપો સુજીને ચહડી આવ્યો હતો, અને દાકતરોએ તેને ચીરવાનું જણાવ્યું હતું. દરદથી માણસ એટલો તો બેચેન રેહતો હતો કે ખાતી વખતે પણ તેને કરાર નહી હતો; તે છતાં તેણે જાંગ ચીરવા દેવાનું પસંદ કીધું નહી. એક અઠવાડીઆં સુધી દર રાતે બે કલાક સુધી ફકત બલુ બાટલીના પાણીએ તે ભાગ ભીજવેલો રાખ્યાથી તે સારો થયો.

માથાં ઉપર થતી ઉંદરી—આ દરદ ઘણુંખરૂં છોકરાંઓને થાયછે. બલુ પાણીએ ધોવાથી અને બલુ રોશની માથાપર નાખ્યા કીધાથી એ સારૂ થઇ શકેછે.

ચામડી ઉપર થતી ખુજળી—બલુ પાણીએ ધોવાથી અને બલુ રોશનીથી સારી થાયછે. દર રોજ બે કલાક સુધી દરદીએ બલુ રોશની ખુજલીવાળા ભાગ ઉપર પડવા દેવી.

બીજી જાતના રોગો

નાકમાંથી લોહીનું નીકળવું—જો નસકોરી ફુટવાથી લોહી નીકળતું હોય તો બલુ બાટલીનું પાણી તપકીરની માફક નાકમાં ખેંચવાથી લોહી બંધ થશે; પણ જો નાકમાં મસો થયલો હોય અને તેથી લોહી નીકલતું

હોય તો એ પાણી કામ લાગશે નહી. જો કોઇ માણસને નસકોરી ઘડી ઘડી ફુટવાની ટેવ પડી પડેલી હોય તો, એક અઠવાડીઆં સુધી રોજ સુતી વખતે બલુ બાટલીનાં પાણીનો એક ભાગ પીધાથી નસકોરી ફુટવી બંધ થશે.

છાતીનો ધપકારો—બલુ પાણી પીધાથી એ નરમ પડી જાયછે.

હથીયારના ઘા, પડવાથી છોલાઇ ગયલી ચામડી, દાઝવાથી પડેલા ડામ—આ બધાંની ઊપર બલુ પાણીમાં ભીજવેલું કપડું બાંધવાથી તેઓ સારાં થાયછે. કોઇબી પાણીમાં ભીજવેલું કપડું બાંધવાથી ફાયદો થાયછે, પણ બલુ બાટલીનાં પાણીથી ચમચમાટ અને ઝાળ જલદી સમી જાયછે, અને બીજાં પાણી કરતાં ઘણા ઓછા વખતમાં તે પાણી ગરમી ચુસી લેછે.

જીવજંતુઓના ડંખ—બલુ પાણી એનો પણ અકસીર ઇલાજ છે. તે ગરમી જલદી ચુસી લેછે અને તેથી આરામ થાયછે. જો ડંખવાળો ભાગ ચહડી આવ્યો હોય તો બલુ રોશની તે ભાગપર નાખવાથી સોજો નરમ પડશે.

પ્રકરણ ૮.

સ્ત્રી જાતને થતા દરદો.

દસ્તાન (અડકાવ અથવા રજસ્વલા) નું બંધ થવું—એ ઘણાં કારણોથી થાયછે. સરદીથી નિયમત આવતો પ્રવાહ બંધ થાયછે, અથવા મહીનાનો એનો વખત થયલો હોય ત્યારે કાંઇ કારણથી એકાએક દીલમાં આંચકો લાગવાથી કે ઘભરાટ થવાથી એ થાયછે. એ કોઈ વેળા શરીરનું કુદરતી દરદ હોયછે.

ઉપર કહેલાં હરકોઇ જાતનાં દરદનો ઇલાજ સેહલો છે. નારંગી રંગની બાટલીનાં પાણીનો એક ભાગ દરરોજ સહવારે એક પખવાડીઆં સુધી લીધો હોય તો એ રોગ મટી જાયછે.

દસ્તાન વેળા થતો દુખારો.—આ રોગ પણ દસ્તાનનો વખત થાય તેની થોડો વખત અગાઉથી તેમજ દુર બેઠેલી વખતે નારંગી રંગનું પાણી લીધાથી સારો થાયછે.

ઘણું દસ્તાન જવું—બલુ બાટલીનું પાણી પીવામાં લીધાથી એ અટકાવી શકાય છે. જેવી દરદીની હાલત તે પ્રમાણે ભાગો વધતા ઓછા લેવા જોઇએ. જો લોહીનું વેહવું ઘણુંજ હોય તો, પીડુના ભાગોપર બલુ બાટલીથી ભીજવેલાં કપડાંની ગાદી બાંધવી, જેથી ચમતકારીક અસર થશે. એક સ્ત્રી આ રોગથી ઘણીજ હેરાન થતી હતી. તેણીને ૨૪ કલાકમાં આશરે દશ સેર જેટલું લોહી પડ્યું હતું. તેણીને દસ્તાનને બદલે ચાલુ લોહીની ધાર વેહતી હતી. દર દશ મીનીટે એક આઉંસ બલુ બાટલીનુ પાણી તેણીને પીવા મે ફરમાવ્યું, અને બલુ બાટલીમાં ભીજવેલી કપડાંની ગાદી બાંધવા આપી. તે ગાદી ભીજવેલીજ રાખવા માટે તેની ઉપર બલુ પાણી થોડું થોડું નાખ્યાજ કીધું. દસેક મીનીટમાં લોહીની ધાર બંધ થઇ, ટીપેટીપે લોહી નીકળતું રહ્યું. આશરે અડધા કલાકમાં એબી બંધ થઇ ગયું. પીડુ અને આસપાસના ભાગોપર બલુ રોશની નાખવાથી બીજાં ઓછાં ગભીર દરદો સારાં કરી શકાય છે. ઠંડીના દીવસોમાં ભીજવેલાં કપડાંની ગાદી આપવી ઠીક પડતી નથી ત્યારે બલુ રોશની નાખવી પડેછે.

ધોળી ધાત જવી (Whites)—બલુ બાટલીનું પાણી પીવાથી એ ઘણુંકરીને બંધ થાયછે.

ગર્ભવંતી હાલત—આ હાલતમાં ઘણાંક દરદો થાયછે જે ઘણાંખરાં બલુ પાણી પીવાથી દુર થઇ શકેછે. ઘણીક સ્ત્રીઓને એ હાલતમાં સહવારના ઓકારી થાયછે અથવા જીવ ઉછળ્યા કરેછે તે આ પાણી લેવાથી નરમ પડેછે.

ગર્ભ હોય એવી દેખાતી ખોટી હાલત—એકુ મહીનો સુધી રોજ સહવારે અને સાંજે એક આઉંસ નારંગીયા રંગનું પાણી પીવાથી એ રોગ મટી જાયછે.

રંગીન રેાશની રાખવા વિશે સુચના.



શરીર ઉપર નાખવા માટે જે રીત આ ચેાપડીમાં આપેલીછે તે પ્રમાણે કરવાનુ જ્યાં બને નહી ત્યાં નીચે પ્રમાણે કરવું:— .

ઘરના જે ભાગમાં દરદી હેાય ત્યાં સુરજનું તડકુ આવતુ નહી હેાય, અથવા દરદીને કેાઈ કારણુસર તડકાં નજદીક લઈ જઈ શકાતેા નહી હેાય તેા, જે ઠેકાણે તડકું પડતું હેાય તે ઠેકાણે મેાહડું જેાવાની એક આરસી એવી રીતે પકડવી અથવા ગેાઠવવી કે સુરજની રેાશનીનેા પડછાયેા (પ્રતિબીંબ) જેાઇએ તે જગાએ પડે; પછી જે રંગની રેાશની નાખવી હેાય તે રંગનેા કાચ, દરદીની નજદીકમાં, આરસીના પડછાયાની આડે ધરવેા, જેથી તે રંગની રેાશની મળશે. જ્યારે આખાં શરીર ઉપર રેાશની નાખવાની અગત હેાય ત્યારે પ્રતિબીંબ ફેંકનાર આરસી તથા રંગીન કાચ બેઉ ઘટે તેટલાં મેાટા કદનાં લેવાં.

રાતની વખતે દીવા મારફતે કેાઈ રંગની જરા મજબુત રેાશની જેાઇતી હેાય ત્યારે એક મધ્યમ કદનું ફાનસ લેવું, જેની ત્રણ બાજુએ જેાઈતા એકજ રંગના કાચેા જડાવેલા હેાય અને ચેાથી બાજુએ રેાશની પાછી ફેંકનાર "રીફ્લૅક્ટર" (reflector) હેાય. જ્યાં ફાનસની સગવડ થઈ શકતી નહી હેાય ત્યાં, કામચલાઉ ઉપાય તરીકે, ઘટતા કદ તથા રંગનેા કાચ દીવાની આડે ધરવેા અથવા ગેાઠવી મુકવેા.



DICTIONARIES.

	Rs.	a.
Webster's International Dictionary	20	0
,, Condensed Dictionary	2	4
,, Brief International Dictionary	1	14
,, Primary Dictionary	0	10
Chamber's Dictionary of the English Language...	6	8
,, ,, ,, ,, (Smaller Edition) ...	2	4
Anandale's concise Dictionary	3	4
Ogilvie's Student's English Dictionary	4	12
,, Smaller English Dictionary	1	12
Dictionary of Phrase and Fables by Dr. Brewer	7	8
Large Type Dictionary	0	10
Desk ,, ...	0	10
New Sixpenny Dictionary	0	6
Pocket Pronouncing Dictionary	0	6
Walker's Pronouncing English Dictionary	0	10
Johnson's English Dictionary	0	10
Penny Dictionary	0	1
Storemonth's Etymological English Dictionary...	5	0
English-Gujarati Dictionary (Vyas and Patel)	3	12
,, ,, ,, (Motiram Trikamdas)	2	0
,, ,, ,, (Medhora)	1	8
Gujarati-English ,, (M. B. Belsare)	5	0
,, ,, ,, (Panday and Shah)	1	6
,, ,, ,, (Patel)	2	0
English-Persian ,, (S. B. Doctor)	9	0
Persian-English ,, (,, ,,)	3	8

D. ARDESHIR & Co.,

BOOKSELLERS & PUBLISHERS,

56, Dhobitalao, BOMBAY.

વધારો.

હાથપગનો પરસેવો—હાથ અને પગમાંથી જે પરસેવો જાયછે, તેને બંધ કરવા માટે બલુ રંગનું પાણી વાપરવું. એટલે દીવસમાં બેથી ચાર વખત એ પાણીથી દરદવાળા ભાગને ધોવા.

સફેદ કહોડના ચાઠાં અથવા ડાઘા શરીર ઉપર હોયછે તે જગ્યાને લાલ પાણીથી દરરોજ બે ત્રણ વાર ધોવા તેમજ તે જગ્યા ઉપર લાલ રોશની દરરોજ પાડવી. એ પ્રમાણે લગભગ દશ દીવસ સુધી નિયમીત પણે જારી રાખવું

બેહુરાપણું—જો ગરમીને લીધે (લાલ રંગના જથાનું પ્રમાણ તે ભાગ ઉપર વધી જવાના કારણથી) એ દરદ થયું હોય તો બલુ રોશની માથા ઉપર નાખવાથી એ ફરીયાદ દુર કરી શકાશે. વળી જો કાનની નસો મંદ પડી જવાથી એ દરદ ઉત્પન થયું હોય તો દીવસમાં એક વખત નારંગીયા પાણીની પીચકારી મારવી.

હીસ્ટીરીયા (Hysteria)—સ્ત્રિઓને લાગું પડતું સાધારણ દરદ હીસ્ટીરીયા છે. એ રોગ ઉપર દરદીને માથા ઉપર બલુ રોશની આપવાથી ફાયદો જણાશે. વળી નારંગીયું પાણી એકેક આઉંસ સાંજસવાર પાવું. એથી કરીને સ્ત્રિઓની છુપી જગ્યામાં એકઠો થયલો વેદના કરનાર રગડારૂપી ચીજોનો જથો ધોવાઇ સાફ થઇ જશે. દરદના ચિન્હ દેખાય તે આગમજ એ રગડો હોજરી વાટે ઉપરના અવયવો તરફ રસ્તો લેવા માંડે છે, જ્યાંથી આગળ વધતા ભેજાં ઉપર હુમલો લેઇ જઇ હીસ્ટીરીયા અથવા ચમકવાનો રોગ ઉત્પન કરેછે.

મીઠી પીશાબ—નારંગીયા રંગનું પાણી જરૂર પડે તે પ્રમાણમાં લેવાથી દરદીને આરામ પડશે: એ પાણીથી નીયમીત રીતે ખોરાક પાચન થશે અને ચરબીને બદલે શરીરમાં લોહીનો વધારો થતો જશે અને પાણીના જેવી સફેત પીશાબ બંધ થઇ, તેને બદલે પીળી પીશાબ થવાં માંડશે. દરરોજ નારંગીયું પાણી બેથી ત્રણ વખત લેવાથી બસ થશે.

લકવો—લાલ સીસી (બાટલી) માં તૈયાર કરેલું તેલ જે લગભગ એક માસ સુધી સુર્યના તડકામાં એકસરખી રીતે મુકવાથી તૈયાર થાય છે, તે તેલ અકસીર ઇલાજ છે. (એ રોગ માટે સરસીયું તેલ વધારે સારૂં છે.)

એન્યુરીઝમ (aneurism) એટલે ધોરી નસોના ફુલવાથી ધરક ધરક કરતું ગુમડું થાયછે તે દરદ. એ દરદ ઉપર બલુ રોશની નાખવી તથા રાતના સુતી વખતે બલુ પાણી એક આઉંસ પાવું.

મહોડામાંથી નીકળતો ખરાબ વાસ બે કારણોથી ઉત્પન થાયછે—પહેલું એ કે મહોડાના દાંત સડી જવાથી અને બીજું એ કે પેટની અંદરના ચાલુ અજીર્ણાસથી. પહેલા કારણ માટે બલુ પાણીના કોગળાથી ફાયદો થાયછે અને બીજા માટે નારંગીયું પાણી ગુણકારક છે.

સીફીલીસ (syphilis) ચાંદીનો રોગ—લીલા પાણી અને લીલી રોશનીથી એ રોગ મટેછે.

સારસન તેલ (sarson oil) અથવા સરસીયું તેલ. એ તેલનો ઉપયોગ હિંદુસ્થાની લોક પુસ્કળ કરેછે. એ તેલની સ્વાદીષ્ટ ચીજો બનેછે. બનારસ તરફના લોકો ઠંડીની અથવા સરદીની રૂતુમાં નહાતી વખતે આખે દીલે ચોળીને પછી નહાયછે. એ તેલથી શરીરમાં જલદીથી પરસેવો થાયછે.

પાતલી ધાત—શરીરમાં હદબહારના હવસો ઊત્પન થવાથી એ રોગ પેદા થાયછે. રાતનાં ઊંધમાં જતી ધાત વીગરેમાં તેમજ દરાજ, ખુજળી, વગેરે દરદોમાં બલુ સીસીમાં તયાર કરેલું તેલ લગાડવું અકસીર છે.

રંગની બાટલીઓને સુર્યના તાપમાં કેમ મુકવી—એ બાટલીઓને બને ત્યાંસુધી જમીનની સપાટીથી દુર ઊંચે લાકડાનો નાનો માંચડો બનાવી તેના ઉપર મુકવી. એ પાણી તૈયાર કરવાને ગરમી આપવાની મુદલ જરૂર છેજ નહી. ફકત સુર્યના કીરણો તે બાટલી ઉપર બરાબર પડે તેજ માત્ર બસ છે. એ કીરણો જ્યારે રંગીન બાટલીમાંના પાણીમાંથી પસાર થાય છે ત્યારે તેની અસરથી બાટળીનો રંગ બેમાલુમ રીતે પ્રમાણમાં પીગળીને તે પાણીને જઇ મળેછે અને તે પાણી મેગનેટાઇઝ (magnetize) થાયછે.

જો રંગીન બાટલીમાં તૈયાર કરેલું પાણી વાપરવાને માટે ઘણી જરૂર પડે, એટલે જો આપણી પાસે ફકત એકજ બાટલી હોય અને તેનો ઊપયોગ કરવાને જરૂર જણાય તો તે બાટલીમાંનું તૈયાર કરેલું પાણી એક ચોખી કાચની ખાલી બાટલીમાં ભરવું અને ફરીથી તે બાટલીની અંદર સાદું પાણી ભરી સુર્યના તડકામાં મુકવું. એવી રીતે બીજી જાતની બાટલીમાં પાણી કહાડી લેવાથી તે પાણીનો ગુણ ઓછો થશે નહી તેમજ રંગીન બાટલીનો ફરી ઊપયોગ કરી શકાશે.

અનુક્રમણીકા.

બલુ પાણી અને રેાશનીથી મટતાં દરદેા.

બલુ તેલથી મટતાં દરદેા.

લાલ પાણીથી મટતાં દરદેા.

લાલ રેાશનીથી મટતાં દરદેા.

લીલી રેાશનીથી મટતાં દરદેા.

લીલી રેાશની અને પાણીથી મટતાં દરદેા.

નારંગી રંગ (પીળા સાથે સેહેજ રાતેા રંગ મલેલેા હેાય તે)નાં પાણીથી મટતાં દરદેા.

નારંગી રેાશનીથી મટતાં દરદેા.

નારંગી રેાશની અને પાણીથી મટતાં દરદેા.

LETTER WRITERS.

	Rs.	a.
Commercial Correspondence (Cassel)	1	0
Complete Letter Writer	0	10
British ,, ,, ...	3	4
Cooke's ,, ,, ...	0	10
,, ,, ,, ...	0	6
Ladies' ,, ,, ...	0	6
Gentleman's Letter ,, ...	0	6
Child's ,, ,, ...	0	6
Century ,, ,, ...	0	3
Business ,, ,, ...	0	6
Ladies' and Gentlemen's Model Letter Writer	0	10
Juvenile Correspondence	0	6
The Companion Letter Writer	0	10
Easy Letter Writer (with Gujarati Translation)	0	10

NATURE SERIES.

Sound: a Series of Simple, Entertaining, and Inexpensive Experiments. By A. M. Mayer	2	6
Light: a Series of Simple, Entertaining, and Useful Experiments. By A. M. Mayer and C. Barnard. Illustrated	1	12
Flowers, Fruits, and Leaves. By Sir John Lubbock. Illustrated ...	3	0
The Beauties of Nature: and the Wonders of the World we live in. With illustrations	3	12

D. ARDESHIR & Co.,

BOOKSELLERS & PUBLISHERS,

56, Dhobitalao, BOMBAY.

રાહે રોશન

જરથોસ્તી ધર્મ અને સંસાર વેહેવારને લગતું

મોટું માસીક

હીંદુસ્તાનમાં તથા તેની બાહર ક્વેટા, એડન.

હોંગકોંગ. ઝાંઝીબાર. વગેરે. ઠેકાણે

ફેલાવો પામેલું છે.

લવાજમ:—વરસના આગ ઉપર રૂ. ૨); બાહારગામવાળાઓને

પોસ્ટેજ સાથે રૂ. ૨॥ ; હીંદુસ્તાનની બાહાર રૂ. ૩); છુટી નકલનો રૂ. ૦।.

☞ જેઓ ઘરાક થવા ચાહતા હોય તેઓએ મેહેરબાની

કરીને લવાજમના પૈસા તથા પોતાનું નામઠામ નીચલે

ઠેકાણે મોકલવું:—

દી૦ અરદેશરની કુંપની.

રાહે રોશનના મેનેજરો

નં૦ ૫૬, ધોબીતલાવ, મુંબઇ.

રાહે રોશનનું પુસ્તક પેહેલું

શોભાનાં પુઠાંમાં બાંધેલું રૂ. ૨॥ ; પોસ્ટેજ રૂ. ૦।.